Gesamtausgabe 2025/26



Alle Beiträge in einer Ausgabe!

Wissenswertes, Poetisches etc.

Pusteblume

Die FÖJ-Zeitschrift

Liebe FÖJis,
liebe Leser*innen der Pusteblume!

Verrückt, jetzt ist es soweit, die gedruckte Gesamtausgabe der Pusteblume 2025/26 ist da!

Für mehr Impressionen dürft ihr uns auch sehr gern auf Insta folgen!

@pusteblume.foej


ANNABEL


JURI


NOA


FINN


JUNIA


KRISTIN

Hier findet ihr alle wundervollen Beiträge, die wir über das Jahr gesammelt haben, Beiträge, die ihr uns geschickt habt. Von daher noch einmal ein riesengroßes Danke an alle von euch!

Uns hat es wahnsinnig viel Spaß gemacht, diese Zeitschrift zu gestalten, und wir sind sehr stolz jetzt dieses Endergebnis an euch weitergeben zu können!

Jetzt aber nicht lange fackeln und hineinstöbern in diese Zeitung. Ihr werdet bestimmt nicht enttäuscht werden!

Gönnt euch die Vibes, stöbert durch die wunderschönen Bilder, Rezepte und Texte und habt Spaß.

Eure Redaktion der Pusteblume

Inhaltsverzeichnis:

Mein FÖJ

6 Unsere Bundessprechis

10 Erfahrungbericht
FÖJ beim Kinderbauerngut Langenstriegis

12 Einsatzstellenkolumne
Herr Bert - ein Hahn erobert unser Vereinsgelände

14 a day in a life of a dog - FÖJ
Das FÖJ auf der ersten

16 Bundesfreiwilligenkonferenz

19 BDK || - Hamburg

21 Bericht:
Ökiglück auf dem Laakenhof

22 Das FÖJ als Auslandsjahr
Tushar und Carina berichten

27 Solidarische Landwirtschaft

28 Rückblick auf die Politikwoche

30 Schöne Erinnerungen an den Sommer

32 Stellungnahme
Nein zur Wehrpflicht!

33 Von Walen, Meersalz und Gemeinschaft

36 Abschlussseminar an der Ardèche

38 Seminarwoche in Oranienburg

39 FÖJ shows Pride

41 Foto-Leinwand

AK-Berichte

43 Awareness

44 BAT

46 Öffkomm

47 Podcast

48 Politik

49 Pusteblume

Politisches

51 Frieden schaffen - ohne Waffen!

52 FÖJ Aktuell:
Wo stehen wir momentan?

54 Feuerwerk
Die Probleme hinter Farbe und Licht

Wissenswertes

56 Lesen heutzutage

59 Der digitale CO2-Fußabdruck

61 Moore
Warum sie so wichtig sind und wie daran gearbeitet wird

63 Spezi oder Mate?

67 Musik - heute schlechter als früher?

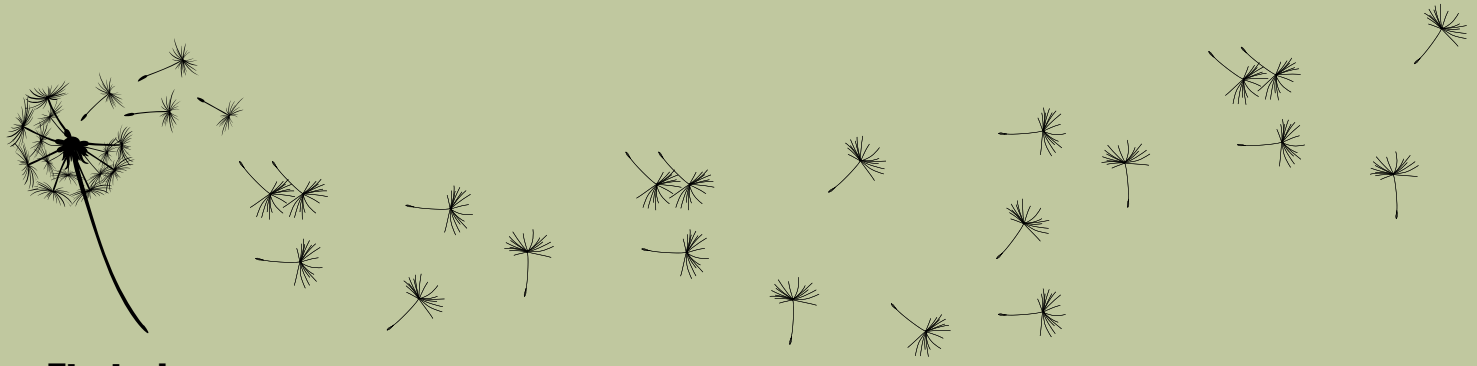
68 Bunte Eindrücke
aus dem Botanischen Garten in Greifswald

Alles mit Apfel

72 Gedicht: Apfelpsychose

73 Bratapfel-Marmelade & Apfelpunsch

74 Bratapfel mit Vanillesauce



Tierisches

76 Tiere im Winter
Wie sie die Kälte überstehen und wie wir ihnen helfen können

77 Rätsel

78 Die Welt durch Wildtieraugen
Ein FÖJ-Projekt auf der Wildtierstation

79 Der gewöhnliche Schweinswal - Deutschlands einziger, heimischer Wal

81 Tierfotos

82 Anleitung für ein Schaf

85 Schafgedicht

86 Seevogelkolonie am Eidersperrwerk

88 Alpakas
vom Hofgut Buckenberg

Winterliches

90 Was bedeutet Weihnachten?

92 Gedicht - Vernebelte Sicht

94 Gedicht - Zauber des Winters

95 Kurzgeschichte- Stille, Veränderung und Melancholie

96 Winter-Fotos

Poetisches

99 Flusspoesie

100 Am Morgen

101 Liebe und sowas

102 Frühlingsgefühle

103 Wie der Löwenzahn

106 Blühen mit den Blumen

107 Baumumarmung?

108 Die Uhr

109 Frühling

110 Fliesenrand≥Fliegenwand

111 ein Text über das Meer

112 Versteckspiel

113 Melancholie

114 Otium, tanquilllitas

115 Fremde

116 The deer/the dead

117 ohne Titel

118 FÖJ-Reimgedicht

119 Beautiful souls

Kreativ sein

121 DIY Sticker

123 DIY Haarband häkeln

126 Brownie-Cookie-Kuchen

127 Natur entdecken - digital!

129 Zeichnungen

130 Jonglieren -
mehr als ein Hobbie

131 Unkraut essen?!
Ein Überblick über Wildkräuter, Pflanzen und ihre Verwendung

134 Kräuter & Gemüsekisten für den Balkon

FÖJ-Memes

136 Memes von der BDK

141 Memes von foej.fiebertraum

142 Quellen

143 Danksagung

Mein FÖJ



Foto von Franziska,
Schafherde im Sonnenaufgang



Fotos von Finn R.,
Naturschutzgebiet Recker Moor & Spur im Schnee



Unsere Bundessprechis



Wir sind die fünf Bundessprechis des FÖJs und wurden über verschiedene Gremien gewählt. Im FÖJ gibt es Landes- und Bundesebenen, die jeweils Arbeitskreise und -Bereiche haben. Aus der Bundesebene gehen die Bundessprechis hervor. Unsere Aufgabe ist es, politische Anliegen des FÖJs im Gespräch mit Politiker*innen z.B. des Bundestags zu vertreten.
Dafür erstellen wir bei der Bundesdeligiertenkonferenz II ein Positionspapier, an dem wir uns orientieren.
Gerne könnt ihr eure Anliegen an uns
per Insta: foej.bundesweit , oder
per Mail: bundessprechende@foej.net schicken



Ida, 21, sie/ihr

Schleswig-Holstein

Politik · Biologie · Autos · Musik · Star Trek



Ida, 21, sie/ihr

Mein Song

Starman
von David Bowie

Ida, 21, sie/ihr

Meine Einsatzstelle & Aufgaben
Ich arbeite in der Stiftung Naturschutz Schleswig Holstein und muss dort mit zwei anderen FÖJtis durch Moore laufen, Wasserpegel messen und dokumentieren. Ansonsten fahren wir regelmäßig mit den Mitarbeiterinnen auf Außeneinsätze und helfen überall wo gerade drei motivierte Menschen gebraucht werden :D

Mein Herzensthema im FÖJ:
Der Umwelt und Meeres Schutz um den Klimawandel zu bremsen

You can call me:
Süssmaus ✨🫶😍

Ich bin vorraussichtlich der einzige Mensch, der ... dir die komplette evolutionsbiologische Geschichte der Dinosaurier und Vögel erklären kann



Clara, 18, sie/ihr

Thüringen

Fotografieren · Fanfictions lesen · Schallplatten sammeln · Reisen



Clara, 18, sie/ihr

Mein Song

Silver Springs
von Fleetwood Mac (live)

Clara, 18, sie/ihr

Meine Einsatzstelle & Aufgaben
Meine Einsatzstelle ist der Camsin e.V. in Weimar. Wir machen tiergestützte (Wiedereingliederungs-) Therapien, unter anderem auch mit Pferden und Gartenarbeiten. Ich bin in der Tierversorgung eingeteilt. :)

Mein Herzensthema im FÖJ:
Sichtbarkeit für die leiseren und unsicheren Menschen unter uns schaffen und ihnen hoffentlich eine Stimme verleihen können <3 Jede/r FÖJi soll sich gesehen fühlen und beteiligen können!

You can call me:
comfort place

Ich bin vorraussichtlich der einzige Mensch, der ... der einem Entenküken gute Nacht Geschichten vorgelesen hat :)





Leyan, 20, dey/dem

Meine Einsatzstelle & Aufgaben
Verein Jordsand, NSG Schleimündung.
Führungen durchs Naturschutzgebiet, Öffentlichkeitsarbeit, Umweltbildung, Gebietspflege, Monitoring und Kartierung

Mein Herzensthema im FÖJ:
Barriereabbau, damit alle Menschen ein FÖJ machen können. Ich möchte das FÖJ weiter bekannt machen. Mehr an Schulen gehen. Egal welcher Abschluss oder wie viel Geld, jede*r sollte die Möglichkeit haben ein so tolles Jahr zu erleben. Die Strukturen dafür sind ausbaufähig. Auch Menschen mit Erkrankungen und Behinderung sollten ein FÖJ machen können!

You can call me:
Pfannekuchenobermeisterbäcker*in

Ich bin vorraussichtlich der einzige Mensch, der ... immer und überall schlafen kann.





Junia, 18, sie/ihr

Meine Einsatzstelle & Aufgaben
EST: Station Natur und Umwelt
Aufgaben: Alles was anfällt im Bereich Geländepflege und Instandhaltung und je nach Jahreszeit Amphibienschutzaktion etc.

Mein Herzensthema im FÖJ:
Qualitätsstandards, Diversität und Schutzkonzepte, Freie Fahrt Für Freiwillige

You can call me:
Junia-eins viel beschäftigte Mausi

Ich bin vorraussichtlich der einzige Mensch, der ... jeden Tag zwei Packungen Paprika Chips essen könnte (aber nicht ungarisch eher so Chio oder Eigenmarken)



SPRECHISYSTEM



DAS SPRECHI-WAHLSSYSTEM IST SIGNIFIKANT FÜR DAS FÖJ. AKTUELL WIRD VERSUCHT, DAS SYSTEM AUF ANDERE FREWILILLIGENDIENSTE - WIE DAS FSJ - AUSZUWEITEN, DA ES EINE GRUNDGEBENDE STRUKTUR FÜR EINE SERIÖSE AUSEINANDERSETZUNG MIT POLITIKRT*INNEN BIETET

Erfahrungsbericht:

FÖJ beim Kinderbauerngut Langenstriegis

Als ich letztes Jahr nach FÖJ-Stellen suchte, überflog ich alles immer erstmal auf Wohnen und Verpflegung. Danach schaute ich, ob die Einsatzstelle mich interessieren könnte. Im Allgemeinen bereitete mir das „Leben nach dem Abitur“ ziemlich viele Sorgen. Es gab Zeitpunkte, an denen die Overthinking-Windungen meines Gehirns mich an einem Punkt hatten, an dem ich nur noch einfach irgendwo unterkommen wollte. Egal wo. Und das, obwohl ich dazu objektiv gesehen gar keinen Grund hatte.

Kurz nach meiner letzten Prüfung war ich dann Probearbeiten beim Kinderbauerngut Langenstriegis. Bei diesem Probearbeiten hatte ich sogar das Glück, eine Nacht dort zu verbringen. In den Hof habe ich mich vom ersten Moment an schockverliebt. Als ich am Abend vor dem eigentlichen Probetag mit meiner Familie telefonierte, sagte ich ihnen, ich würde sicher nicht genommen werden. Dazu war es zu schön dort.



Dieser erste Eindruck konnte Tags darauf weder durch Wiesen abäppeln, noch durch Schweinestall ausmisten getrübt werden. Und - Überraschung - einige Zeit nach dem Probetag kam die Rückmeldung, dass ich angenommen wurde. Inzwischen liegen die ersten Monate meines FÖJ´s hinter mir. Das ist eine erstaunlich kurze Zeit, im Vergleich dazu, wie weit entfernt mir die Abiprüfungsphase nun vorkommt.

“Um eines vorwegzunehmen: ich habe es keine Sekunde lang bereut, zum Kinderbauerngut Langenstriegis gekommen zu sein”

Dafür nehme ich auch den etwas abgelegenen Standort in Kauf.

Das Besondere an der Einsatzstelle ist der Schnittpunkt zwischen Kindern und Tieren. Bis zum Winter sind jede Woche Grundschulklassen gekommen, haben an Fütterungen teilgenommen, freiwillig mit ausgemistet und Module - wie zum Beispiel Eselstouren - mitgemacht. Die Kinder sind das, was mir in meinem FÖJ bisher am meisten Motivation gegeben hat. Ja, klar gibt es ganz unterschiedliche Charaktere. Klar ist jede Klasse anders. Die einen sind glücklich über jede Aufgabe, die sie übernehmen dürfen, die nächsten streiten sich ständig, und andere können kaum eine Minute am Stück zuhören. Seltsamerweise sind es aber meist die positiven Erinnerungen, die bei mir hängenbleiben. Zum Beispiel ist es ein tolles Gefühl, wenn mir ein Kind direkt ins Gesicht sagt, es sei der schönste Tag seines Lebens.

Jetzt im Winter, wo die Klassen wegbleiben, ist es um einiges ruhiger auf dem Hof. Da gibt es ein wenig mehr Zeit, die aber sogleich mit dem FÖJ-Projekt und anderen Aufgaben gefüllt werden kann. Zum Glück sind wir zu dritt: zwei FÖJlerinnen und eine FSJlerin. Das macht sowieso alles leichter. Ohne die anderen beiden könnte ich mir das FÖJ um keinen Preis vorstellen. Auch das ist so eine Sache, bei der ich mein Glück kaum fassen kann. Natürlich gibt es auch Tage, an denen das Energielevel niedriger ist als an anderen.

Niemand kann erwarten, dass ein FÖJ lang jeden Tag die Sonne scheint. Auf meinen Weihnachtsurlaub habe ich mich schließlich ziemlich gefreut. Aber ich freue mich (fast) genauso darauf, wieder nach Langenstriegis zurückzufahren.

“Dort zu sein hat mir persönlich geholfen, mich selbst besser kennenzulernen. Es hat mir geholfen, ein sichereres Gefühl dafür zu haben, in welche Richtung ich als nächstes weitergehen möchte”

Außerdem ist es die Chance, nach einem halben Jahr im Zimmer hocken und für die Prüfungen lernen, endlich mal rauszukommen.

Vor meinem FÖJ hätte ich nicht gedacht, dass ich so einen Text einmal schreibe. Ich klinge genau wie die Leute aus den Werbevideos, die ich mir damals angesehen habe. Allerdings hat mich die Werbung in diesem Fall nicht getäuscht.



Einsatzstellenkolumne:

Herr Bert - ein Hahn erobert unser Vereinsgelände

Kapitel 1 - die Ankunft

Wir schreiben das Jahr 2025, unser Schauplatz ist das kleine Vereinsgelände der Arbeitsgemeinschaft für Naturschutz Tecklenburger Land. Es ist ein kühler Novembermorgen, als BuFDi Doreen aus dem Bus steigt. Sie beginnt, die wenigen Meter durch den Wald zum Hauptgebäude zu laufen, als sie verdutzt stehen bleibt. Auf dem Weg stehen Hühner. Viele Hühner. Unsere Einsatzstelle ist ein Verein. Die einzigen Tiere, die hier wohnen, sind Ratten und Fliegen. Nach kurzem Zögern bahnt Doreen sich einen Weg durch die Hühnerschar, erreicht das Büro und beginnt mit der Arbeit. Nun gut, eigentlich sitzt sie viel mehr herum und unterhält sich mit Alex, einem der Angestellten.
Plötzlich ertönt ein lautes Krähen. Die beiden rennen zur Tür und reißen sie auf. Vor der Tür steht ein Hahn, er schaut sie mit seinen starren Augen auffordernd an. Die Beiden beschließen: Der Hahn muss weg. Also macht sich Doreen daran, den Hahn zu fangen. Vorsichtig macht sie einen Schritt auf ihn zu. Der Hahn steht regungslos auf dem Hof. Noch ein Schritt. Keine Bewegung. Doreen schreckt zurück. Nächster Versuch: einen Schritt nach vorne und - händewedelnd macht Doreen einen Satz zurück. Es ist, als würde der Hahn eine Art Aura ausstrahlen, welche sie in Schrecken versetzt. Schließlich überwindet sie ihre Furcht (ein wenig) und nähert sich dem Hahn, worauf dieser nun flügelschlagend einen Satz zurück macht. Mit Alex Hilfe gelingt es, das Federvieh auf die andere Straßenseite zu seinem eigentlichen Heim zu befördern. Und hier endet die Geschichte - dachten wir.





Bild 1: der böse Blick
Bild 2: verrückter Hahn

Kapitel 2 - Hello again

Auch bei mir beginnt die Geschichte mit einem Novembermorgen. Ich sitze entspannt im Büro, als mich das ohrenbetäubende Krähen aufschrecken lässt. Mit dem Öffnen der Tür ist klar: der Hahn ist zurück. Nun will ich mein Glück versuchen. Zuerst jage ich wie besessen hinter dem Hahn her, merke allerdings schnell, dass das nichts wird. Nächste Strategie: langsam anschleichen, leider ist unser Protagonist aber sehr misstrauisch, mit jedem Stück, dem ich mich ihm nähere, weicht er wieder ein Stück zurück. “Komm schon, wir machen das wie bei Drachenzähmen leicht gemacht", schlage ich dem Hähnchen vor. Ich strecke vorsichtig meine Hand in seine Richtung - er attackiert mich mit Schnabel und Krallen (vielleicht war Doreens Panik sogar gerechtfertigt). Alex (der bisher nur da stand und mich filmt) schlägt vor, ihn einfach wieder zurück zu jagen. Durch Teamwork und krasse Ausweich-Skills schaffen wir es unverletzt samt Federvieh auf die andere Straßenseite. Im Garten des Hauses dort steht eine Frau. Alex spricht sie auf unser Hahn-Problem an, sie antwortet: "Ja, also uns hat ein Sturm leider das Dach vom Stall gefegt, seitdem laufen die ganzen Hühner frei rum, bisher sind aber noch alle am Leben...” Ach so....ja dann...kann halt passieren.

Text und Fotos von Finn R.

Kapitel 3 - Wir geben auf

Der Hahn bleibt. Ich nenne ihn Herbert. Dann Herr Bert, weil das noch ein bisschen lustiger ist. Jeden Morgen, wenn ich zur Arbeit komme, steht er auf dem Hof, ich wünsche ihm einen guten Morgen. Zu seinem Unglück wird der November immer feuchter, so sitzt er meist durchnässt und missmutig unter einem Abdach. Ich bemitleide ihn, sage ihm aber auch sehr deutlich, dass er eigentlich ein Zuhause hat. Er hat außerdem die leichtsinnige Angewohnheit, auf dem Parkplatz nach Futter zu suchen, aber gut, er schafft es ja anscheinend auch über Straßen.



Kapitel 4 - Liebe geht durch den Magen (und kommt dort auch wieder raus)

Einen freut unser neues Haustier: Tushar, der ganz allein in unserer Einsatzstelle wohnt, sucht immer nach Gesellschaft. Den Beginn der Freundschaft sollen kleine Salzbrezeln schaffen, die er dem Hahn zerbröselt zu wirft. Herr Bert allerdings sieht dies als eine Einladung, endlich seinem novemberfeuchten Missstand zu entgehen: In einem unbeobachteten Moment huscht er durch die angelehnte Tür und beginnt das Gebäude zu erkunden. Als Tushar dies bemerkt, startet eine wilde Jagd durch das Labyrinth an Türen und Fluren. Tushar rennt wie wild von links nach rechts, schlägt Türen zu und reißt sie wieder auf. Nach einer Viertelstunde und mithilfe eines zweckentfremdeten Regenschirms landet Herr Bert schließlich wieder draußen. Als ich am darauffolgenden Tag morgens um 7 die Tür aufschließen will, sehe ich, dass unser Hahn seine Rache hinterlassen hat: auf der Türschwelle verteilt sind mindestens fünf riesige Haufen Hühnerkacke...

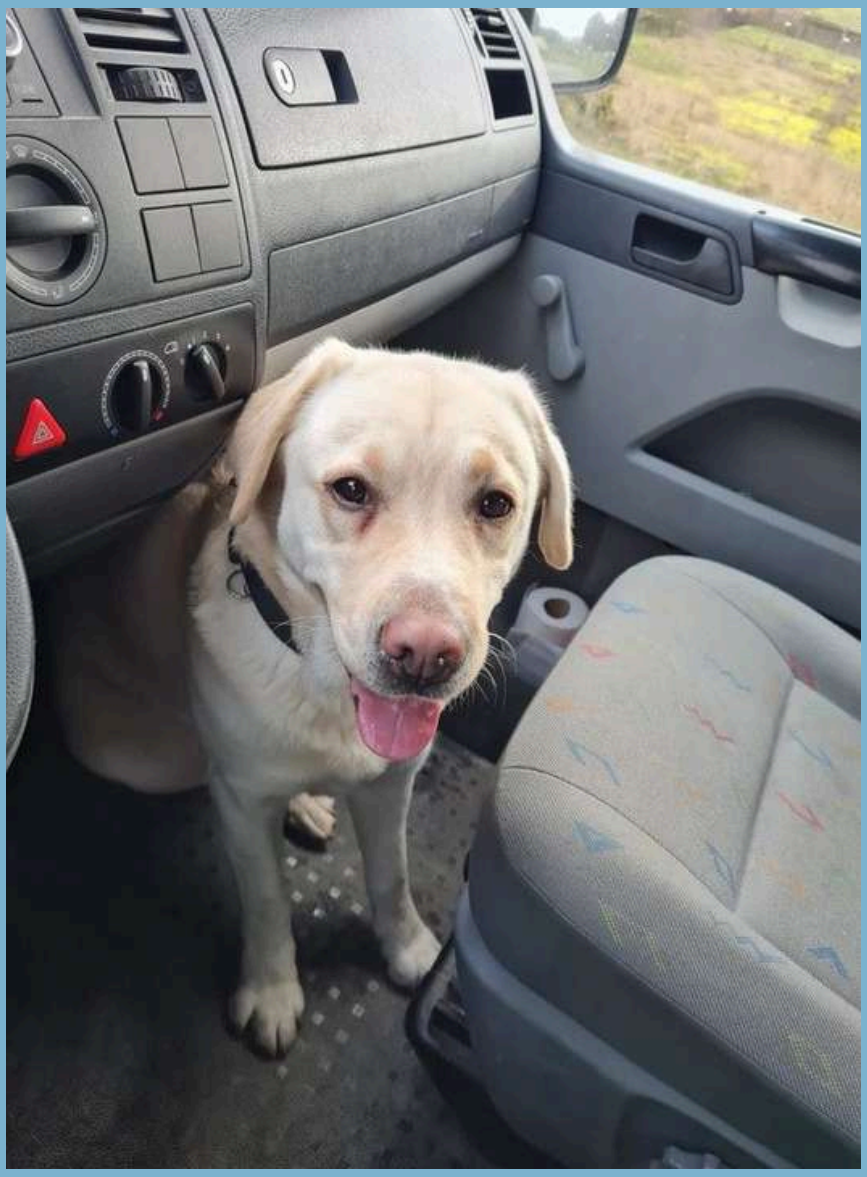


Bild 3: Herr Bert auf dem ANTL Parkplatz
Bild 4: Da steht ein Hahn in der Tür

Kapitel 5 - Happy (?) End

Letztendlich bleibt uns nichts anderes übrig, als diesen kleinen Wahnsinnigen in unseren Alltag aufzunehmen. sein Krähen wird vertraut, genauso wie die ständige Vorsicht, keine Türen offen stehen zu lassen, um eine erneute Hahnenjagd zu vermeiden. Inzwischen (es ist Januar und der Boden von Schnee bedeckt) frisst Herr Bert sogar aus der Hand. Zwar greift er immer noch an, wenn man versucht ihn zu berühren , aber er scheint zumindest ein bisschen Vertrauen aufgebaut und sein eigentliches Zuhause für immer aufgegeben zu haben. Vielleicht sollten wir ihn zum Vereinsmaskottchen machen...

Text und Fotos von Finn R.



a day in a life of a dog - FÖJ



Bulli fahren ohne Führerschein :0



Rastvogelerfassung Reeser Meer Norderweiterung

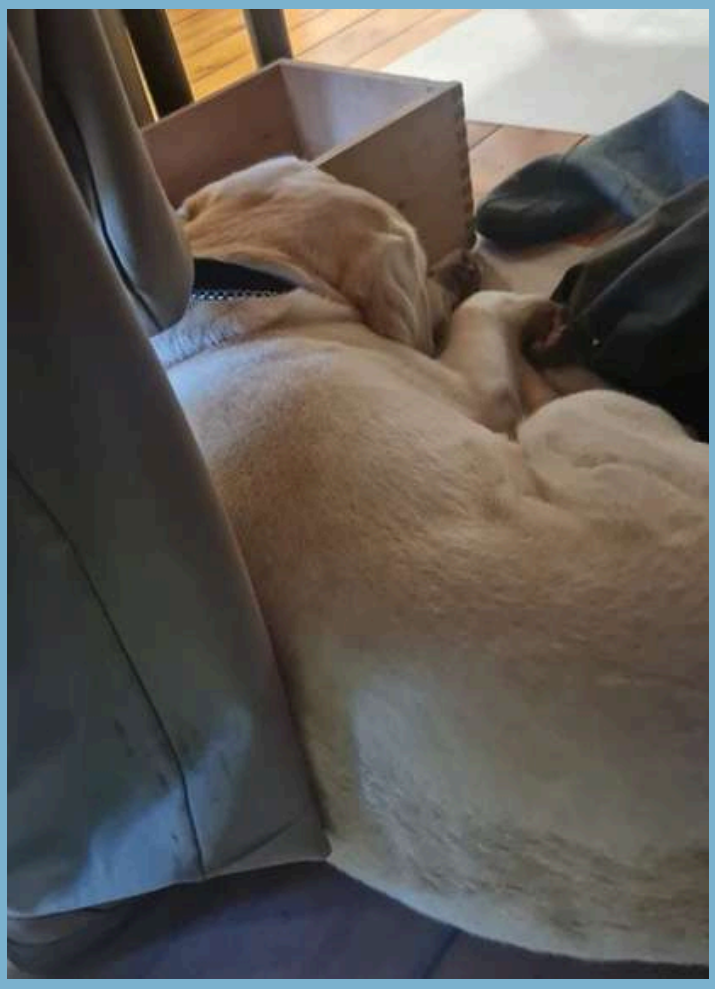


Gewässerpegel an der Dornicker Fischschleuse ablesen

Fotos vom Naturschutzzentrum im Kreis Kleve e.V.



Mittagessen schlabbern



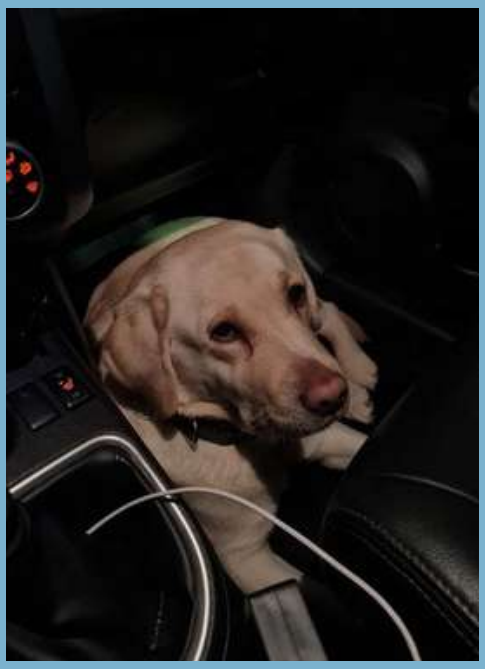
richtig und wichtig: Powernap



mit QGIS Rastvogelerfassung digitalisieren



Trauerseeschwalben Flöße knüpfen



müde in den wohlverdienten Feierabend



Von Freiwilligen Für Freiwillige - Das FÖJ auf der ersten Bundesfreiwilligenkonferenz

Endlich BFK! Am 09.04.26 begann die erste Bundesfreiwilligenkonferenz, auf die wir hingefiebert und auf die unsere ehemaligen Bundessprechis Yara, Doro, Paolo und Ben lange und mit viel Herzblut hingearbeitet haben. Nach vier schönen Tagen im Walderlebniszentrum Soonwald sind wir mit vielen Impulsen wieder nach Hause gefahren - und berichten hier von der Erfahrung.

Die BFK begann mit unserer sonnigen Ankunft in Schöneberg, a.k.a. „deutsche Italien“ (Zitat: Lea), etwas Kennenlernprogramm und damit, dass die Dienste sich je in Kleingruppen den anderen Teilnehmenden vorstellen konnten: Was sind Vorurteile über euren Freiwilligendienst? Was macht ihn besonders? Weswegen würdet ihr ihn anderen empfehlen?
Unsere FÖJ-Delegation hat die Gelegenheit genutzt, um nochmal unser Sprechi-System zu erläutern, die verschiedenen Möglichkeiten zum (politischen) Engagement im FÖJ aufzuzeigen und - richtig und wichtig! - gemeinsam mit (fast) allen Anwesenden den FÖJ-Tanz zu tanzen! ♩ (ט ˙˘˙)כ ♩

Tagungsbeginn war dann am Freitag, den 10.04.26. Die ein oder andere Person wurde an diesem Morgen vielleicht von den lieblichen Klängen von „Guten Morgen, Sonnenschein“ oder „Sing Hallelujah!“ geweckt, die man aus dem Innenhof vernehmen konnte. Na, hat euch Lucys und Leas sorgfältig kurierte Playlist gut gefallen?
Neben Informationen von Axel Eppich zu den Freiwilligendienststrukturen und der Gründung von Arbeitskreisen standen an diesem Tag auch noch zwei Workshop-Phasen auf dem Programm: In den Workshops „How to Politik“ mit Maxim Seeck, dem Vorstandsvorsitzenden der Tierschutzpartei Berlin, „Demokratie in Freiwilligendiensten“ mit Dirk Hennig, dem Vorsitzenden des FÖF,

und „Waldspaziergang mit Zukunftsvision“ mit den Teamenden der BFK konnten wir nachmittags noch einiges an neuen Informationen und hilfreichem Input sammeln. Zum Tagesabschluss gab es dann noch ein Lagerfeuer - ein guter Trost dafür, dass die Kaffeepause an diesem Tag ausfallen musste.



Der Samstag war dann völlig dem Erstellen des Positionspapier gewidmet: Zunächst ermittelten wir durch gemeinsames Brainstorming und Ideensammeln, welche Punkte ins Positionspapier, also das Dokument, in dem die Positionen und Forderungen der BFK gesammelt formuliert sind, aufgenommen werden sollten. Dann fanden wir uns in Kleingruppen zu den einzelnen Punkten zusammen, um diese schonmal auszuformulieren. Nachdem wir uns beim Abendessen gestärkt hatten, begann der Programmpunkt, der schon von “19:00 bis unendlich“ angekündigt wurde: Der tatsächliche Beschluss des Positionspapiers. Dafür wurden die erarbeiteten Punkte alle kurz vorgestellt, woraufhin jedes Mitglied des Plenums Anträge stellen konnte, um Stellen zu verändern, zu ergänzen oder zu streichen. Zuletzt wurde dann über den jeweiligen Abschnitt abgestimmt und dieser dann bei erforderlicher Mehrheit in das Poaitionspapier übernommen.

Was simpel klingt, war in der Realität ein Prozess, der sich zog. Vor allem die gemeinsame Vision des Sprecher*innen-Systems wurde lange diskutiert. Die Situation war aber deutlich angenehmer, da genug Snacks für alle vorhanden waren, an dieser Stelle noch einmal vielen Dank an Bundessprechi Junia und Kameramann Jonas!

Auch die schnell etablierte Idee, nach jeder erfolgreichen Abstimmung eine La-Ola-Welle zu machen hielt die Stimmung trotz Müdigekit oben. Um halb drei Uhr nachts war das Positionspapier dann inhaltlich fertig und dank der „Verschönerung“ des Dokuments und schneller Überarbeitung bezüglich Rechtschreibung noch in der Nacht durch Ben und auch Max war es auch direkt bereit für den nächsten Tag.

Denn am Sonntag bekam die BFK Besuch von drei Politikern, denen wir das Positionspapier vorstellten. Ralph Edelhäußer (CSU), MdB, Hanno Fietz (SPD), Mitarbeiter des BMBFSFJ, und Fabian Ehmann (Grüne), Landtagsabgeordneter in Rheinland-Pfalz, hörten sich unsere Forderungen an, beantworteten Fragen und machten mit uns sogar zwei verschiedene Warm-Ups (WUPs).



Die WUPs waren auch an den anderen Tagen fester Bestandteil unseres Programms: Neben einigen WUPs, die wir FÖJis vielleicht schon von unserer Landes- oder Bundesebene kannten, lernten wir noch ein paar äußerst vergnügliche Tänze von den Freiwilligen der Deutschen Sportjugend kennen. Natürlich halfen uns dann die WUPs wie auch eine Reprise des FÖJ-Tanzes, der KiKA-TanzAlarm-Song und das Fliegerlied ebenfalls dabei, am langen Samstag bis in die Nacht hinein konzentriert und positiv gestimmt arbeiten zu können.

Für uns war die BFK auf jeden Fall voller toller neuer Erfahrungen sowie Einblicke in die Strukturen der anderen Freiwilligendienste und einfach eine wunderbare Zeit zusammen mit all den Menschen, die teilnehmen konnten. Wir hoffen, dass sie auch langfristig Bestand haben wird!

Und was nehmen unsere Bundessprechis von der Konferenz mit nach Hause? Für Bundessprechi Ida war die erste BFK „ein unfassbar schöner Start [dafür], das Sprechi-System auch außerhalb des FÖJ zu etablieren. Es ist mega cool, dass der Grundstein für eine groß angelegte politische Vertretung in allen Freiwilligendiensten gelegt wurde, auch wenn der Prozess manchmal vielleicht etwas frustrierend war.“ Auch der Austausch mit anderen Freiwilligen ist für sie ein großes Highlight: „Im FÖJ bekommt man ja nicht unbedingt viel mit von Freiwilligen, die z.B. im Krankenhaus arbeiten.“

Ida, wir können uns dir nur anschließen! Danke an alle Teilnehmenden für die tolle Zeit und den lebhaften Austausch, danke an Dirk und Axel, danke an Kameramann Jonas und last, but most definetly not least: ein riesiges Dankeschön und Wertschätzungs-W geht raus an das Orga-Team, an Doro, Yara, Ben und Paolo, die diese Konferenz aus dem Boden gestampft und hervorragend moderiert oder sogar kurzfristig noch umgeplant haben! Ohne euch alle wäre diese wertvolle Erfahrung nicht möglich gewesen.



Starke Vertretung für das FÖJ: Vor Ort waren die Bundessprechis Ida, Max, Clara und Junia, außerdem Lucy und Noa als Teil des Teams von “Freiwilligendienste stärken” sowie Lucy, Maria, Juri, John und Lea.











Text von Maria Süßmilch und Juri Stausberg, Fotos von Jonas Winkler und Clara Stiebitz

BDK II- Hamburg



Vom 05.03. bis zum 08.03.26 fand die zweite Bundesdelegiertenkonferenz in Hamburg statt. Wir haben die Zeit genutzt um ein Positionspapier aufzustellen, gegliedert in die Themenschwerpunkte "Freiwilligenthemen", "Natur-& Klimaschutz", "Städte und Mobilität", "Demokratie", "Klimagerechtigkeit" und "Wehrdienst". Aktuell sind wir mitten im Prozess der konkreten Formulierung dieser Punkte. Außerdem haben die Arbeitskreise weitergearbeitet. Daraus haben sich Pläne des BAT konkretisiert, sodass am 16. Mai eine Demonstration in Berlin mit der zentralen Forderung "FreieFahrtfürFreiwillige" geplant ist. Alle Unterstützer*innen sind gerne eingeladen! Auch die anderen Arbeitskreise "Pusteblume (FÖJ Zeitschrift), "Öffentlichkeit/Kommunikation", "IT", "Politik", "Podcast" und "Awareness" konnten ihre Arbeit zielbringend fortführen. Der Aktiv e.V. war auch anwesend und hat unsere Arbeit unterstützt.

Bei weiteren Fragen erreicht ihr uns per Mail:
bundessprechende@foej.net

Text und Fotos von Junia

Bundesdeligiertenkonferenz II





8.März–feministischer Kampftag

photo dump









Positionspapier erstellen

Bericht:

Ökiglück auf dem Laakenhof



Eine Woche lang habe ich im März wieder auf dem Laakenhof gearbeitet. Letzten Herbst habe ich dort schon mal ein Ökiglück gemacht, damals habe ich jeweils eine Woche im Gemüse und eine Woche in der Käserei gearbeitet. Diesmal habe ich im Stall bei den Milchkühen gearbeitet. Der Laakenhof hat 14 Milchkühe die im Winter in einem großzügigen Laufstall untergebracht sind, dieser musste gemistet und die Kühe gefüttert werden. Umso schöner, dass die Kühe in der darauffolgenden Woche, bei gutem Wetter, wieder auf die Wiese durften, die ich unter anderem mit eingezäunt habe.

Draußen mit den Tieren zu arbeiten ist abwechslungsreich und gefällt mir sehr gut, aber es ist auch anstrengend, weshalb ich mich nach acht Stunden Arbeit auf mein Bett gefreut habe. Zum Abschied habe ich leckeren Karottenkuchen mit Frischkäsecreme gebacken, der ist sehr gut angekommen und war super lecker!



Das ist eure persönliche Motivation auch ein Ökiglück zu machen!

Kommentar der Redaktion:
Das Konzept "Ökiglück" ist eine Art Austauschprogramm für FÖJis. Jeder von uns hat das Recht, mindestens ein Mal in seinem FÖJ einen anderen Freiwilligen zu besuchen. Im Gegenzug nimmt man diese Person dann häufig ebenfalls bei sich auf. Es dient dazu, sich zu vernetzen, andere Arbeiten kennenzulernen und Erfahrungen zu sammeln. Je nach Träger ist es im eigenen Bundesland oder sogar bundesweit möglich.

Text und Fotos von Laura

Das FÖJ als Auslandsjahr





Fotos von Tushar



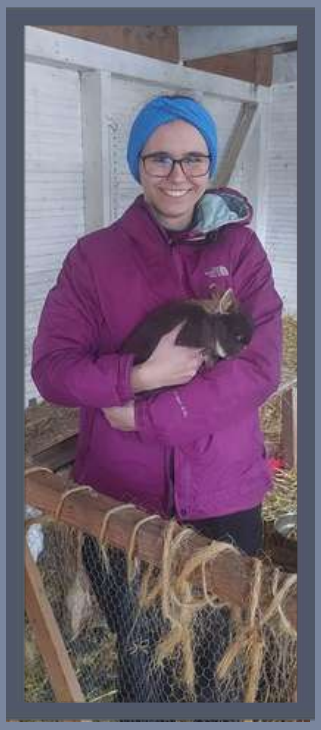


Fotos von Carina

Tushar und Carina berichten

Die meisten von uns machen ihr FÖJ dort, wo sie wohnen oder ziehen in eine neue Wohnung, Stadt oder sogar Bundesland. Aber für einige reicht die Entfernung von Zuhause zur Einsatzstelle über mehrere Landesgrenzen oder Kontinente. Wie es ist, seine Heimat zu verlassen und ein FÖJ in Deutschland zu machen, davon berichten Tushar und Carina!

Carina



Manche von euch kennen mich schon von unserer Seminargruppe, aber viele auch nicht. Ich bin Carina und bin in den Vereinigten Staaten von Amerika geboren und aufgewachsen. Meine Mutter ist Deutsche und deswegen kann ich seit meiner Geburt Deutsch sprechen und dafür bin ich unheimlich dankbar. Das macht dieses Auslandsjahr schon sehr viel einfacher, denn ich hätte mich nie getraut, allein in ein anderes Land zu ziehen, wenn ich die Sprache nicht schon kann. Sie hat meiner Schwester und mir auch das FÖJ vorgeschlagen. Dass meine Schwester vor 2 Jahren schon ein BFD erfolgreich abgeschlossen hatte, hat auch sehr geholfen, dass ich mich dazu entschieden habe, ein Auslandsjahr zu machen. Das FÖJ Programm hat mir hier schon sehr geholfen, ich musste mir keine Wohnung suchen, aber die Seminare haben mir auch schon die Chance gegeben, mehr interessante Leute kennenzulernen und mehr von NRW zu erleben.

“Ich würde es jedem, der die Chance hat, ein Jahr in einem fremden Land zu verbringen, empfehlen.”

Es dauerte auf jeden Fall ein bisschen, um sich einzugewöhnen, aber irgendwo zu leben und zu arbeiten hat mir die Menschen und die Kultur viel näher gebracht, als ein Urlaub es jemals könnte. Eine große Sache waren die Verkehrsregeln. Ich wusste zum Beispiel nie, dass die Ortseingangsschilder auch als Geschwindigkeits-begrenzungsschilder dienen. Es gibt auch in den USA die Regel, dass man an einer roten Ampel rechts abbiegen kann, nachdem man angehalten und geguckt hat. Am Anfang von meinem Jahr hatte ich oft Sorgen, dass ich vergessen würde, dass bei rot rechts abbiegen hier nicht erlaubt ist, aber zum Glück ist das nicht passiert. Von Fahrenheit auf Celsius zu wechseln hat nicht so lange gedauert wie ich dachte und tatsächlich finde ich jetzt Celsius einfacher. Dass die Läden am Sonntag geschlossen sind, wusste ich schon, aber jetzt damit gelebt zu haben, ist schon ein bisschen anders, ich kann aber nicht sagen, dass es mich stört.

Mein Deutsch, was auf keinen Fall perfekt ist, ist jetzt viel fließender und ich habe gelernt, dass manche Wörter vom Englischen auch öfter auftauchen, was ich nicht gedacht hatte. Doch das ist längst nicht der einzige Vorteil. Zum Beispiel habe ich in meiner Zeit hier gelernt, wie man einen Schaltwagen fährt, bin selbstständiger geworden, und habe neue Freundschaften geschlossen. Ich habe inzwischen selbst meinen Reifendruck gemessen und die Räder mit Luft gefüllt, bin mit meinem Auto zur Inspektion gefahren und bin in einen Bogenschießverein eingestiegen. Um meine Familie zu besuchen, habe ich auch zum ersten Mal ganz allein die Reise von Deutschland in die USA und zurück gemacht.

“Alle diese Sachen waren letztlich nicht sehr schwer, aber alles das erste Mal allein in einem anderen Land zu machen, war schon nervenaufreibend.”

Text und Fotos von Carina





“Aber überhaupt hier ein Jahr anzufangen, war schon eine kleine Herausforderung.”

Ich musste mich darauf verlassen, dass das , was im Internet über die Stellen stand, auch wahr ist. Dann musste ich natürlich Bewerbungsbriefe zum ersten Mal auf Deutsch schreiben, aber da hatte ich schon ein bisschen Erfahrung auf Englisch als ich mich bei Unis beworben habe und die Hilfe meiner Mutter hatte ich auch. Manche Stellen haben sich gar nicht gemeldet und andere haben direkt abgesagt. Ich meine, bei drei habe ich ein Vorstellungsgespräch gemacht und die musste ich wegen der Zeitverschiebung vor oder während meiner ersten Stunde machen. Letztendlich habe ich auch zugesagt, ohne an der Stelle einen Probetag zu machen, oder überhaupt die Stelle schon mal gesehen zu haben. Da hatte ich ein paar Sorgen, dass die Stelle vielleicht nicht gut sein würde, aber das war glücklicherweise nicht der Fall.

Ein Jahr, in dem ich der Gemeinschaft diene und wo es keine Noten und Klausuren gibt, war auch eine schöne Veränderung. Oft hat die Schule mir viel Stress gemacht, aber dass ich jetzt nach 17 Uhr wirklich die Arbeit verlassen kann ohne Hausaufgaben, gibt mir mehr Zeit, wo ich mich komplett entspanne. Deswegen bin ich auch froh, dass ich jetzt schon ein Auslandsjahr mache und nicht darauf gewartet habe, an der Uni zu sein.
Hier vieles Praktisches zu machen macht mir Spass aber ich habe dadurch auch schon manches darüber gelernt, was ich vielleicht später als Beruf machen möchte. Jetzt weiß ich auf jeden Fall, dass ich nicht als Lehrer arbeiten möchte, aber das hatte ich mir vorher auch schon gedacht. Ich habe auch gelernt, wie man einen Krötenzaun benutzt und dass es mir mehr Spass macht, als ich gedacht hatte, die Amphibien zu bestimmen. Ich würde auch gerne lernen, wie sich die Wanderung von Jahr zu Jahr verändert und warum. Nach diesem FÖJ gehe ich zurück in die USA und studiere Umweltwissenschaft. Hier habe ich jetzt schon praktische Erfahrungen gesammelt, die mir dabei helfen werden.

Mir gefällt es beim Biologiezentrum sehr gut, meine Mitarbeiter sind alle sehr nett, und ich bin unheimlich froh, dass ich mich dazu entschieden habe, ein FÖJ zu machen!



Text und Fotos von Carina



Tushar

Hallo mein Name ist Tushar, ich bin seit ungefähr neun Monaten in Deutschland und mache hier mein FÖJ. Nach der Schule habe ich ein Jahr lang Deutsch gelernt. Ich wollte schon lange ins Ausland – aber nicht für irgendeinen Job. Ich wollte etwas in der Natur machen. Also habe ich recherchiert, das FÖJ gefunden und mir gedacht: Warum nicht einfach bewerben? Ich habe mich beworben, einen Platz bei ANTL e.V. in Tecklenburg bekommen – und am 15. August bin ich hier angekommen. Tecklenburg ist wirklich eine schöne Stadt. Alt, historisch, so eine Atmosphäre, als wäre die Zeit ein bisschen stehengeblieben. Sehr schön. Sehr ruhig. Am ersten Tag habe ich mich ausgeruht und die Stadt ein bisschen angeschaut.

“Ich dachte, okay, das wird gut.”

Am nächsten Tag hat mein Anleiter mich irgendwohin mitgenommen. Ich wusste nicht, wohin. Es war eine unebene, wilde Gegend – und er hat einfach gesagt: „Das ist ein Moor." Dann hat er uns große Taschen gegeben und gemeint, wir sollen Beeren schneiden.



Für die nächsten 10 Tage haben wir einfach nur Beeren geschnitten. Ehrlich gesagt, waren irgendwann alle richtig genervt davon.

Mein Anleiter ist eigentlich ein lustiger Typ. Nicht super streng, aber wirklich fleißig – und er lässt die harte Arbeit irgendwie immer normal klingen. Die anderen Freiwilligen kommen aus Städten hier in der Nähe von Tecklenburg, und wir haben uns gut verstanden. Aber nach ein paar Tagen Beeren schneiden war die Stimmung eindeutig: alle fertig. Dann kam eine neue Aufgabe. Mein Anleiter hat ein Werkzeug mitgebracht – eine Hacke. Auf einer Seite wie eine Axt, auf der anderen wie eine Hacke. Und unsere neue Aufgabe war: Bäume, namens Faulbäume, komplett mit der Wurzel ausreißen.

Komplett. Mit der Wurzel. Ich kann nicht sagen, wie viele wir entfernt haben – ich habe aufgehört zu zählen.

Danach kam die Apfelernte. Den ganzen Tag Äpfel aufheben hat meinem Rücken wirklich wehgetan. Es hat sich angefühlt, als wäre meine ganze Energie einfach weg. Und dann haben wir auch noch bei Minusgraden und im Schnee gearbeitet.



“ Ich komme aus Indien – ich hatte noch nie wirklich Winter erlebt. Jetzt ja. “



Das ist meine erste Arbeitserfahrung. Und ehrlich gesagt eine der härtesten Arbeiten, die ich je gemacht habe.



Aber es gibt auch etwas, das mich wirklich überrascht hat. Ich hatte früher Höhenangst. Richtige Höhenangst. Und dann kam der Apfelbaumschnitt. Wir haben gelernt, Apfelbäume zu schneiden – und wir haben das mit Sicherheitsseil und Ausrüstung in den Bäumen gemacht. Ich habe Bäume geklettert. Mit Seil, mit Helm, mit allem. Und jetzt? Jetzt habe ich keine Angst mehr. Zumindest nicht mehr so viel.

Gerade machen wir Apfelbaumschnitt. Mal sehen, was als Nächstes kommt. Ich hoffe nur, dass ich nicht beim Arbeiten draufgehe –

Solidarische Landwirtschaft
und wie das Gemüse seinen Preis verliert



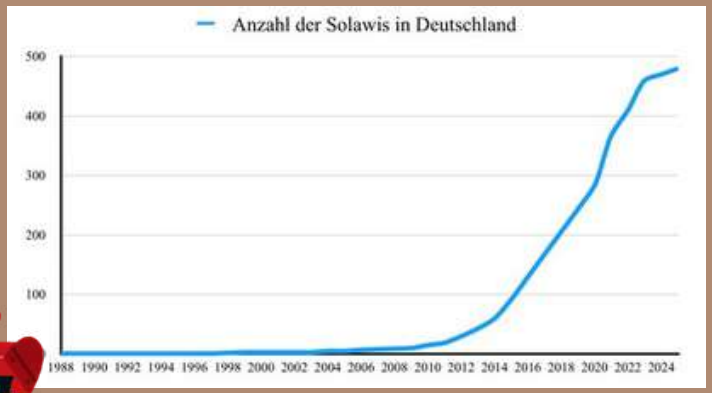
Von solidarischer Landwirtschaft (abgekürzt Solawi) haben sehr viele Menschen noch nie etwas gehört, auch wenn sich diese Form der Landwirtschaft immer stärker verbreitet. Mit diesem Fakt musste ich mich auch konfrontieren als ich mein FÖJ bei der Solawi Gemüsebande in Weimar angefangen habe und immer wieder aufs neue Menschen in meinem Leben erklären durfte wie das Hauptprinzip, mit der meine Einsatzstelle arbeitet, funktioniert. Um die Idee „solidarische Landwirtschaft" zu verbreiten und mehr über ihre Hintergründe zu erfahren, habe ich mich entschieden diesen Artikel im Rahmen meines FÖJ-Projektes zu schreiben.

Was ist Solawi? Die solidarische Landwirtschaft ist eine Form der Landwirtschaft, deren Fokus auf der Versorgung und dem Zufriedenstellen einer Gemeinschaft, unabhängig von monetärem Gewinn, liegt. Dabei wird meist besondere Rücksicht auf ökologische Aspekte gelegt. Bei einer Solawi zahlt man keinen festgelegten Preis für ein einzelnes Produkt, sondern man zahlt eine Saison (8-12 Monate, je nach Betrieb) lang einen Beitrag, der auf alle Mitglieder der Solawi verteilt, die Realkosten der jährlichen Produktion (u.a. Kosten für Saatgut, Wasser und Gehälter) deckt und erhält dafür regelmäßig (mehrheitlich einmal wöchentlich) einen Anteil der Ernte. Demnach sind Solawis unabhängig vom Weltmarktpreis ihrer Produkte und Produzent*innen erhalten die Möglichkeit ökologisch nachhaltige, regionale Produkte zu erzeugen und dabei die Sicherheit zu haben Abnehmer*innen zu finden und Kosten decken zu können.



„Das Lebensmittel verliert seinen Preis - und gewinnt an Wert"
- Wolfgang Strenz (Buschberghof)

Die Ernte besteht in den meisten Solawis größtenteils aus Gemüse, manche bieten jedoch auch Obst, Eier, Honig, Brot oder andere weiterverarbeitete Produkte an. Das Besondere an solidarischer Landwirtschaft ist der zweifach solidarische Gedanke. Erstens wird die Zahlung des Beitrags in fast allen Solawis so gestaltet, dass Konsument*innen selbst angeben können, wie viel sie bereit sind zu zahlen. Von der Solawi wird dabei ein Richtwert angegeben (bei der Gemüsebande 85€ monatlich) und Konsument*innen können sowohl weniger als auch mehr als den angegebenen Richtwert zahlen. Dies pendelt sich im besten Fall aus und ermöglicht, dass Menschen mit geringerem Einkommen auch die Produkte der Solawi beziehen können. Zweitens teilen sich sowohl die Produzent*innen als auch Konsument*innen das Risiko bei der Produktion. Falls es zu Ernteausfällen wegen Unwetter oder Schädlingen kommen sind die Ernteanteile zwar kleiner, aber die monatlichen Beitragskosten bleiben gleich. So kann das Bestehen der Solawi und die Bezahlung der Mitarbeiter*innen gesichert werden. Eine weitere Besonderheit an Solawis im Vergleich zu konventionellen Landwirtschaftsbetrieben ist, dass die Solawi-Mitglieder in den meisten Solawis eingeladen sind bei der Ernte oder anderen Projekten mitzuhelfen. In den meisten Solawis geschieht das freiwillig, in manchen ist es jedoch auch Pflicht.



Rückblick auf die Politikwoche (PoWo)



Liebe Ökis,
die jährliche Politikwoche liegt hinter uns Bundessprechenden: fünf Tage voller Gespräche mit Politiker*innen, einer Demonstration zum Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung und der Zukunftsplanung für unser restliches Amt. Vom 3. — 8. Mai 2026 waren wir zu Gast in Berlin.
Unser Fokus lag in den Gesprächen vor allem auf den freiwilligendienstspezifischen Forderungen:
* Das 9€-Ticket für Freiwilligendienstleistende als Zwischenschritt zur Freien Fahrt für Freiwillige,
* FreiFÖG, welches die Idee einer bedarfsgerechten, rückzahlungsfreien finanziellen Unterstützung für Freiwilligendienstleistende darstellt,
* die Stärkung des Freiwilligenausweises und
* die Stärkung der Diversität im FÖJ, insbesondere im Bezug auf Inklusivität und Barrierefreiheit.





Wir haben uns außerdem gegen den Pflichtcharakter von Diensten ausgesprochen. Zudem haben wir das FÖJ als solches und unsere Einsatzstellen vorgestellt sowie das Sprechendensystem mit seiner Einzigartigkeit dargelegt. Wir sprachen mit Vertreter*innen von: Bündnis 90/die GRÜNEN, LINKE, SPD, CDU/CSU sowie der Vertreter*innen des Familienministeriums. Für uns waren Politiker*innen aus dem Haushalts-, Familien- und Verkehrausschuss besonders wertvolle Ansprechpartner*innen. Mit dem Schalathan (steht so lange vor dem Brandenburger Tor, bis die AfD auf ein Parteiverbot hin geprüft wird — @der_schalathan auf Instagram) haben wir uns getroffen, um über unsere gemeinsame Position der Einleitung eines AfD-Verbotsverfahrens zu sprechen und Content gedreht.
Wir Bundessprechenden bedanken uns bei allen, die uns in der Vorbereitung sowohl inhaltlich als auch argumentativ unterstützt haben! Das Positionspapier, das durch die Bundesdelegierten ausgearbeitet wurde, war wichtiges Fundament für unsere Argumentation.
Danke für euer Engagement! :)

Text von Clärchen

Budels* off road







Schöne Erinnerungen an den Sommer

Zugfahrt nach Berlin - mit dem D-Ticket versteht sich natürlich. Es war schon Nachmittag, dann zwei Stunden Streckensperrung und etwas später sitze ich gestrandet nachts am Hauptbahnhof in Magdeburg. Die Wartezeit bis zum ersten Zug konnte ich mir zumindest gut vertreiben, weil ich sowieso mal meiner Teamerin aufschreiben wollte, warum ich in meiner Einsatzstelle frustriert war. Das habe ich die nächsten drei Stunden also in mein Handy getippt. Meine Vorfreude darauf, in Berlin ins Bett zu fallen war groß.

Obwohl daran nichts erfunden ist, schaue ich doch heute auf diese Zeit und bin nicht frustriert. Im Gegenteil, ich blicke sogar ziemlich zufrieden auf mein FÖJ zurück, aber währenddessen war es auch lange für mich unklar, was ich von dem Jahr halten soll oder was es mir mitgeben wird.

Es war im Nachhinein der Sommer, in dem ich das FÖJ für mich verstanden habe. Aus den vielen Monaten harter Arbeit unter freiem Himmel entwickelte sich mehr und mehr ein neues Verständnis für so viele Dinge. Im Sommer kamen dann einige Puzzlestücke endgültig zusammen.

Den Jahreszyklus so intensiv mitbegleitet zu haben war eindrucksvoll. Abfrierende Finger im Winter und Schweiß und Staub im Sommer. Kleine Lämmer wurden erwachsener. Aus Engagierten wurden Freunde. Die Natur hat sich jedes Mal neu verwandelt und nach der Saure-Gurken-Zeit hat sich auch im FÖJ wieder einiges getan.

Da wäre das Abschlusseminar, was in unserem Fall eine wilde fünftägige Kanutour war. Aber auch die von Freiwilligen organisierten Events waren jedes Mal für sich total schön. Teilweise waren dort viel weniger Menschen als ursprünglich erhofft, aber trotzdem war es jedes Mal lustig und spannend. Als Highlight steht natürlich noch das GrünRockt-Festival (Lasst uns eine Neuauflage machen!), da dort die riesige Vielfalt und Energie des FÖJ für einen kurzen Moment greifbar waren und alles andere egal. Vielfalt im FÖJ ging aber auch ganz anders. Denn besser als ein Ökiglück ist nur dreimal Ökiglück! Im Grunde wollte ich mich nicht im Online-Portal (RIP an der Stelle) gegen zwei FÖJis entscheiden und so war ich dann im Sommer des Öfteren Freiwilliger auf Auswärtsfahrt.



Text und Fotos von Philipp

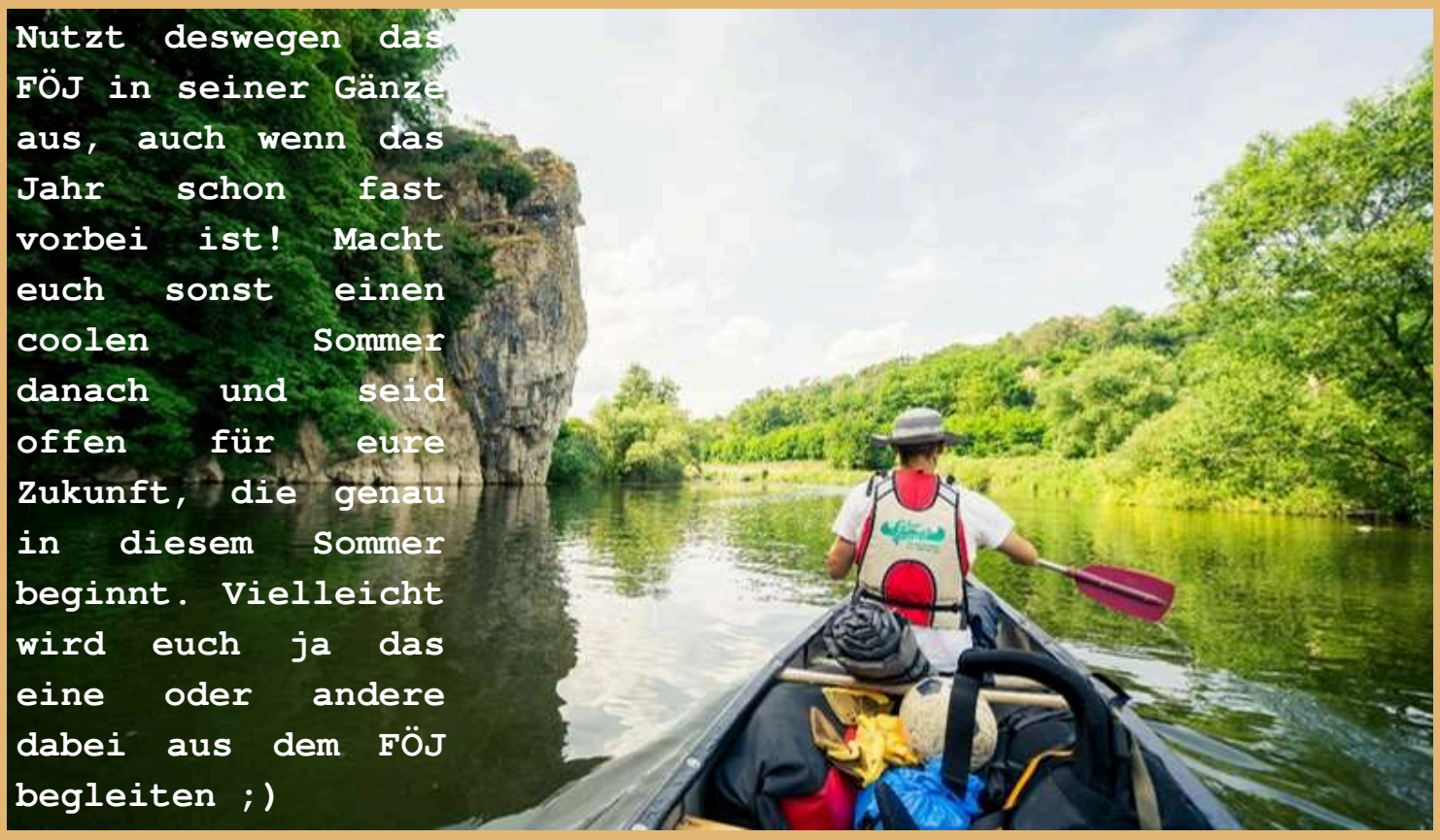
Nabu-Station, Vogelforschungsinstitut, BUND-Jugend - Hochmoor, Wattenmeer, Hauptstadt. Das waren drei Welten. Welten, in denen ich mich sonst wohl nie wiedergefunden hätte, ohne Ökiglück. Und tolle Menschen gab's dabei auch direkt noch kennenzulernen.

Mittlerweile sind drei Jahre vergangen. Natürlich läd das ganze etwas zur Nostalgie ein, aber es ist noch mehr. Der Sommer im FÖJ war nämlich Ende und Anfang gleichzeitig. Einerseits ging es ums Konkrete, um Naturschutz, Zusammenkommen, Kennenlernen - also FÖJ pur. Andererseits war es der Startschuss für eine Zukunft mit all dem im Sinn, oftmals gar nicht in Verbindung zum Freiwilligendienst, sondern vielmehr als Lebenseinstellung.

Die Erfahrungen von uns Freiwilligen im FÖJ-Sommer könnten wohl unterschiedlicher kaum sein.

Ich erhebe mit meinen Erinnerungen auch keinen Anspruch darauf, repräsentativ zu sein, aber doch ist am Sommer oft nochmal etwas Besonderes dabei. Häufig runden sich die Eindrücke aus dem Jahr etwas ab, in der Regel warten nochmal spannende Events und auf einmal ist das Jahr dann schon vorbei.





Nutzt deswegen das FÖJ in seiner Gänze aus, auch wenn das Jahr schon fast vorbei ist! Macht euch sonst einen coolen Sommer danach und seid offen für eure Zukunft, die genau in diesem Sommer beginnt. Vielleicht wird euch ja das eine oder andere dabei aus dem FÖJ begleiten ;)

Text und Fotos von Philipp

Stellungnahme

Nein zur Wehrpflicht!

Wir (Freiwillige aus dem FÖJ BW) sprechen uns entschieden gegen die Wiedereinführung der Wehrpflicht oder andere Zwangsdiensteaus. Wir finden es falsch, dass sich im Positionspapier des FÖJs dieses Jahr nicht gegen die Wiedereinführung der Wehrpflicht ausgesprochen wird!
Dabei betrifft es vor allem uns und unsere Generation! Wir sind es, die im Zweifelsfall als erste eingezogen werden und als erste in den Schützengräben töten und sterben sollen.
Doch zum Glück gibt es immer mehr Widerstand gegen die Wehrpflicht! Die Schulstreiks gegen die Wehrpflicht sind ein deutliches Zeichen dafür.
Deshalb haben wir uns entschieden, diese Stellungnahme (s. u.) hier in der Pusteblume zu veröffentlichen.

Viele Freiwilligendienstleistende aus dem FÖJ-BW sprechen sich entschieden gegen die Wiedereinführung der Wehrpflicht oder ähnlicher Zwangsdienste aus. Wir junge Menschen wollen keinen Kriegsdienst leisten!

Die Wiedereinführung der Wehrpflicht führt unweigerlich zu einer Normalisierung von Krieg und Aufrüstung und dient als konkrete Maßnahme zur Vorbereitung für den Krieg.

Wie bereits zehntausende Schüler*innen unter der Kampagne „Nein zur Wehrpflicht“ am 5.12. 2025 klar gemacht haben, widerspricht die Wiedereinführung der Wehrpflicht entschieden unserem Interesse für eine lebenswerte Zukunft ohne Krieg. Sie bedeutet für Jugendliche, dass sie gezwungen werden, ihre individuelle Lebensgestaltung einzuschränken, um Befehle zu befolgen und im Ernstfall ihr Leben im Krieg zu riskieren und andere Menschen zu töten.

Was Bundesverteidigungsminister Pistorius mit „geänderten Zeiten“ beschönigt, bedeutet für uns ein Leben in sich dauernd verschärfender Kriegsgefahr. Die überwältigende Mehrheit der Jugendlichen hat Angst vor Krieg, 81 Prozent gaben dies in der Shell Jugendstudie 2024 an.Statt auf Diplomatie und Kooperation zu setzen, wird immer mehr Geld in die Aufrüstung der BRD gesteckt.

Sparmaßnahmen und Unterfinanzierung in den Bereichen Soziales, Bildung, Erziehung und Gesundheit bilden die andere Seite derselben Medaille.

Von uns Jugendlichen wird verlangt unsere Gesundheit und unser Leben zu riskieren für einen Staat, der uns immer weniger zu bieten hat, außer „heldenhaft“ im Kampf für ihn und die Interessen seines Kapitals zu töten und in letzter Konsequenz auch zu sterben.

Momentan ist zwar noch die Rede von „Freiwilligkeit“ aber schon jetzt ist klar, dass diese nur so lange besteht, bis sich „zu wenige Freiwillige“ melden – das weitere Vorgehen diesbezüglich wird bereits von der Bundesregierung geplant.

Auch Ersatzdienste zur Wehrpflicht bedeuten eine Einschränkung der Selbstbestimmung Jugendlicher, und das bei geringer Vergütung und ohne, dass damit die Unterbesetzung mit ausgebildeten Fachkräften im sozialen und Gesundheitsbereich gelöst werden würde.Die Wiedereinführung der Wehrpflicht ist ein weiterer Schritt hin zur Kriegsvorbereitung. Wir wollen in einer Welt leben, in der Jugendliche sich frei entfalten können, statt auf andere Menschen schießen zu lernen. Dazu braucht es eine Politik, die auf Frieden, Deeskalation und Abrüstung setzt.

Wir sagen: Nein zur Wehrpflicht! Gegen die Wiedereinführung aller Zwangsdienste!

— Freiwillige aus dem FÖJ-BW

Text von Karl L.

Von Walen, Meersalz und Gemeinschaft



Auf einem traditionell polynesischen Katamaran im Mittelmeer unterwegs sein, sich zu drehen und weit und breit kein Land mehr zu sehen, wach gehalten werden von den lauten Blasgeräuschen eines Finnwals... Als Teilnehmerin eines diesjährigen Ocean Camps der Jugendinitiative Waves of Action von der Okeanos Stiftung für das Meer habe ich die letzten zwei Wochen genau so verbracht. Ziel der angebotenen Ocean Camps ist es, junge Menschen die Verbindung zum Meer spüren und leben zu lassen - und hier bin ich dem Meer so nah gekommen, wie noch nie. Nach einer Woche Base Camp in Darmstadt im März, während der ich meine fünf Begleiter*innen für die Reise, sowie viele inspirierende Menschen mit den coolsten Berufen im Bereich Meeresschutz kennenlernte, ging es am 23.06.26 los mit dem Zug nach Südfrankreich, wo die „Vaka" vor Hyères ankerte. Die Crew, mit der wir Jugendlichen unser Abenteuer bestreiten sollten, war noch sehr jung und all female – beste Voraussetzungen für eine tolle Zeit – und bestand aus Lisa, Meeresbiologin aus Deutschland; Julia, Kapitänin aus Frankreich und Ialine, Segellehrerin aus Italien. Die erste Nacht verbrachten ich und die anderen Teilnehmer*innen alle zusammen vorne am Katamaran in dem großen Netz, das zwischen den zwei hulls, den Rümpfen, des Katamarans gespannt war. Tatsächlich habe ich innerhalb der zwei Wochen nicht eine einzige Nacht in meiner Kabine verbracht, sondern immer an Deck geschlafen. Für den vibe, und weil ich Angst hatte, unter Deck seekrank zu werden.

Die ersten zwei Tage haben wir uns also auf der Vaka eingelebt, sind zu einem anderen Standort ganz in der Nähe gesegelt, um mit den Bestandteilen des Bootes vertraut zu werden und das allererste Mal Schnorcheln gegangen. Das Boot ist 15 Meter lang und bietet auf jeden Fall genug Platz für 9 Personen an Bord. Bad und Küche sind natürlich recht klein, aber es funktioniert. Eine Dusche gab es nicht, dafür hatten wir genug Meerwasser um uns herum. Mit dem Salzwasser wird auch abgewaschen, gekocht, etc. – man gewöhnt sich dran. Innerhalb der ersten zwei Tage konnten wir schon die ersten Delfine mit ihren eleganten Bewegungen in der Bucht beobachten. Doch, uns war klar: wir wollten weiter raus, dorthin, wo kein Land mehr in Sicht ist! Also schmiedeten wir zusammen mit der Crew den Plan nach Korsika zu segeln. Zwar hat sich dieser Plan dann noch um einen Tag nach hinten verschoben, weil etwas an unserem Mast gebrochen war, aber unsere Crew kann wirklich alles, auch Boote reparieren und so konnten wir in See stechen. Der kleine Zwischenfall hatte sogar noch dazu geführt, dass wir im Dunkeln in Biolumineszenz schwimmen konnten. Ich werde nie vergessen, wie es sich angefühlt hat, unter mich ins Wasser zu blicken und zu sehen, wie durch meine Bewegungen das Meer zu leuchten begann.

Text und Fotos von Lina Wegener



Bald darauf waren wir mit dem Kurs Korsika auf dem offenen Meer. Aber wir waren nie allein: Begleitet wurden wir von einem Schwarm Thunfischen, mit dem wir schnorchelten, Sturmvögeln, die über die Wasseroberfläche zischten und: Walen! Nie hätte ich mir erträumen können, dass wir an nur einem Tag mehrere Wale sichten würden. Finnwale, die ihren Rücken zeigten und ein Pottwal, der uns beim Abtauchen seine Schwanzflosse präsentierte. Später am Horizont noch ein Wal, der aus dem Wasser sprang und sich auf den Rücken fallen ließ. Meine Worte hier können diesem Erlebnis nicht gerecht werden.

Da wir auch nachts segelten, wurden die nächsten zwei Nächte in Nachtschichten organisiert, sodass wir in Dreierteams immer drei Stunden „Wache hielten", die Vaka steuerten und auf alles aufpassten und uns dann wieder schlafen legen konnten. Diese Nachtschichten hatten eine ganz besondere Atmosphäre. Der Sternenhimmel, mit dessen Hilfe wir navigierten, war wunderschön und das Meer unglaublich weit und dunkel. Es wurde sehr viel Schokolade konsumiert, um wach zu bleiben und über alles Mögliche geredet, während wir uns mit dem Hoie – dem Steuer – abwechselten.

Die Sonnenauf- und untergänge waren atemberaubend. Während der Tage lernten wir in kleinen Workshops viel über das Segeln, das Ökosystem Mittelmeer und über die traditionelle polynesische Geschichte der Vaka. Und nach zwei Nächten und einem ganzen Tag auf dem offenen Meer war auf einmal Korsika in Sicht. Nicht mehr lange, und wir hatten geankert in einer Bucht, wie sie aus dem Bilderbuch stammen könnte. Wir alle waren super happy, als wir wieder ins Wasser springen konnten mit dem Gewissen: Wir sind nach Korsika gesegelt!

Die nächsten paar Tage verbrachten wir damit, das Boot zu säubern, ganz viel durch die Posidonia-Seegraswiesen zu schnorcheln, um dort Muscheln zu sammeln und Korsika zu erkunden. Wir sind wandern gegangen, haben am Strand zu Abend gegessen und sehr viel Zeit in der Touri- Stadt Calvi verbracht, vor der wir aufgrund von zu viel Wind zwei Nächte im Hafen lagen. Ich liebe es zu reisen, um irgendwo anzukommen und dann einen ganz neuen Ort zu entdecken und so habe ich die Tage hier sehr genossen. Highlight war auf jeden Fall die Wanderung zu einer marine research station in der Nähe, der STARESO. Hier wurden wir von einem jungen Biologen durch die Labore und die Tauchausrüstung geführt – und ich glaube ich weiß jetzt, wo ich mich in 10 Jahren sehe! Außerdem hat natürlich viel Bummeln durch Touri-Shops und Eis essen nicht gefehlt.



Nach drei Tagen machten wir uns auf den Törn zurück nach Südfrankreich. Diesmal mit mehr Wind in den Segeln und höheren Wellen, was für mich leider einen Tag lang Seekrankheit bedeutete, aber auch das steht man durch. Der Tag, den wir wieder mitten auf dem Meer verbrachten, war erneut von unglaublich vielen Tiersichtungen geprägt. Während meiner Nachtschicht im frühen Morgen tauchten auf einmal Delfine auf, die kurz um uns herumtollten und direkt unter der Vaka vorbei tauchten – und dann ganz schnell wieder verschwunden waren. Einmal wurde ich geweckt, weil ca. 25 Meter von der Vaka entfernt ein Finnwal auftauchte, während ich im Netz lag. Tagsüber sahen wir eine kleine Meeresschildkröte vorbeidriften. Am späten Abend wollten Finn und ich nach unserer vierstündigen Schicht schlafen gehen, doch jedes Mal, wenn wir unsere Augen schlossen, hörten wir wieder das laute Ausatmen eines Wals und mussten obviously schauen, ob wir ihn irgendwo entdecken konnten. Nie hätte ich gedacht, dass die Geräusche eines Wals mich vom Schlafen abhalten würden.



Text und Fotos von Lina Wegener



All diese Erlebnisse und das 24/7 zusammen sein schweißte unsere Gruppe allmählich zusammen. Das Leben mit den anderen hat sehr Spaß gemacht, vor allem weil wir uns alle der ungewöhnlichen Situation, in der wir uns befanden, bewusst waren und immer Rücksicht darauf nahmen, wenn es jemandem nicht ganz so gut ging oder jemand mal quiet time brauchte. Natürlich waren einige Aspekte am Leben auf der Vaka auch sehr herausfordernd, wie z.B. die fehlende Süßwasserdusche, das Salz überall; die Nässe, die sich abends über das gesamte Deck, die Klamotten und unsere Schlafsäcke ausbreitete und die körperliche Anstrengung, die mit dem Segeln und der prallen Mittelmeersonne einherging. Aber sich in diesen Momenten, in denen man sich eklig und müde fühlt, umzuschauen und die Weite des Meeres, so voller Leben zu sehen, verändert einen ein Stückchen weit.

Ich bin unglaublich dankbar dafür, dass sich mir diese Möglichkeit offenbart hat und ich dank der Bildungstage innerhalb des FÖJs, sowie des Öki-Glücks die Zeit hatte, am Ocean Camp teilzunehmen. Nie werde ich diese Zeit vergessen.

Website:https://wavesofaction.eu Bewerbungsfrist: Dezember 2026



Abschlussseminar an der Ardèche





Unsere saarländische Seminargruppe hatte jüngst ihr sehr sommerliches (sprich: heißes) Abschlussseminar an der Ardèche.

Hier ein paar Landschaftsbilder und Eindrücke:





Text und Fotos von Maria S.

Seminarwoche in Oranienburg

die Collagen sind in einer Seminarwoche in Oranienburg entstanden.
Die Aufgabe war es, sich in zufällig aufgeteilten Gruppen mit zwei Fragen zu unterhalten und dabei die Gegend zu erkunden, um am Anfang im Ort und in der Gruppe wieder anzukommen. Den Regenbogen 🌈 haben wir gestern extra für euch gemacht. Wir sind gerade in Altbuchhorst im Abschlussseminar direkt am See und genießen den Sommer bevor das FÖJ zu Ende geht. Dabei haben wir eine Gewässeruntersuchung gemacht und waren im Wald unterwegs.
- Seminargruppe FÖJ ijgd Brandenburg







Color Hunting in Oranienburg



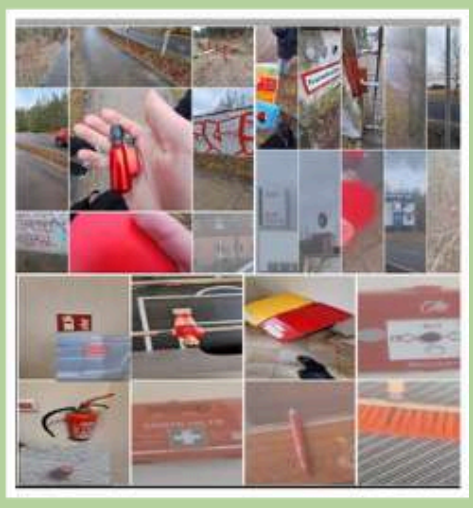












FÖJ SHOWS PRIDE



CSD bedeutet Sommer,Party und **PROTEST.**

Es geh tnicht (nur) darum, auf der Straßezu tanzenund Spaß zuhaben, es geht darum sichtbar zu werden und zu bleiben. QueeresLeben ist und war immer Teil der Gesellschaft und das kann und darf nicht vergessen werden.
Zentral ist auch (leider) immer noch die Forderung nach gleichen Rechten, Akzeptanz und Anerkennung in der Gesellschaft.
Wir sind auf der Straße, um zu protestieren. Und doch ist es auch der Ort, an dem wir sehen, wie viele wir sind, der Ort, an dem wir Gemeinschaft fühlen, Solidarität erleben. Denn unser Protest ist ein Protest für Liebe.

Wir (der AK politische Aktionen NRW) hatten organisiert, dass das FÖJ dieses Jahr auf vier CSDs quer durch NRW vertreten ist. Das bedeutet, ein paar von uns Sprechis fahren mit FÖJ Banner und Pride Flaggen im Gepäck in die jeweilige Stadt und schleppen alle (FÖJis), die wir so finden mit. Wir treffen uns kurz bevor die Demo beginnt und laufen als kleine Gruppe gemeinsam. Zum Einen haben wir dabei natürlich einfach Spaß, zum Andern wollen wir ein Zeichen setzen: das FÖJ ist für jeden. Nicht nur haben alle queeren Identitäten einen Platz darin, sondern das FÖJ steht aktiv gegen Diskriminierung.



CSD BOCHUM – FEUER UND FLAMME

Dem Motto gerecht war es unglaublich heiß, die Stimmung gut und kämpferisch. Es war ein unparteiischer CSD, das bedeutet keine Stände von Parteien und trotzdem eine ziemlich politische Atmosphäre. Es gab verschiedene Redebeiträge von Aktivisten, auch (und vor allem) über ernste Themen. Das Motto "Feuer und Flamme" scheint zum einen auf die Begeisterung und den Aktivismus queerer Menschen anzuspielen, ist aber auch eine Kampfansage gegen alles was uns unterdrückt: "Feuer und Flamme dem Patriarchat"





CSD KÖLN – BUNT, VOLL, VIELE

Einer der größten CSDs in Europa, 1,5 Millionen Menschen liefen mit uns an diesem Sonntag durch die Kölner Innenstadt. Die Menge ist unglaublich bunt, am Rande stehen Zuschauer und Neugierige. Es fahren riesige Wagen von verschiedensten Organisationen und Parteien. Man fühlt deutlich: Das hier ist eher kommerziell, mehr Party als Protest, trotzdem ist es sehr ermutigend zu sehen, was für Massen an Menschen zusammen gekommen sind.

CSD BONN – POLITISCH, AKTIVISTISCH, UNPARTEIISCH

Hier wurde es laut, aber nicht wegen der Musik, sondern durch eine ganze Reihe an Parolen und Orgas mit Megafonen. Mitten durch die Bonner Innen- und Altstadt:
"Wir sind nicht alle, es fehlen die Ermordeten!". Eine Person lief vorne am Auto mit, Mikro in der Hand, hielt kurze infovorträge und sprach Passanten an. Die Message der Demo ist klar: Wir wollen Selbstbestimmung, jetzt. Und: Wir halten zusammen. Es gibt ein Awareness-Team, welches Traubenzucker und Wasser verteilt, einem Mann der im Vorbeilaufen den Mittelfinger in die Menge zeigt, löst eine Welle antifaschistischer Parolen aus. Am Ende gibt es eine Kundgebung, Infostände und eine Ausstellung.







AUCH IM AUGUST UND SEPTEMBER (ODER NÄCHSTES JAHR) GIBT ES VIELERORTS NOCH CSDS. WARUM ALSO NICHT MIT EIN PAAR FREUNDEN ODER FÖJ KOLLEGEN MAL VORBEI KOMMEN?
SEID MUTIG, SEID SOLIDARISCH, SEID LAUT.

Text von Finn R., Fotos von FÖJis aus NRW

FÖJ-Foto-Leinwand

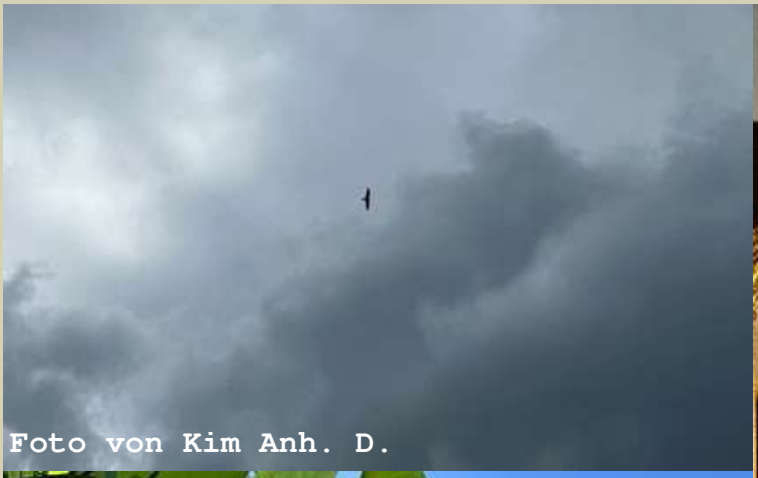


Foto von Kim Anh. D.



Foto von Kim Anh. D.

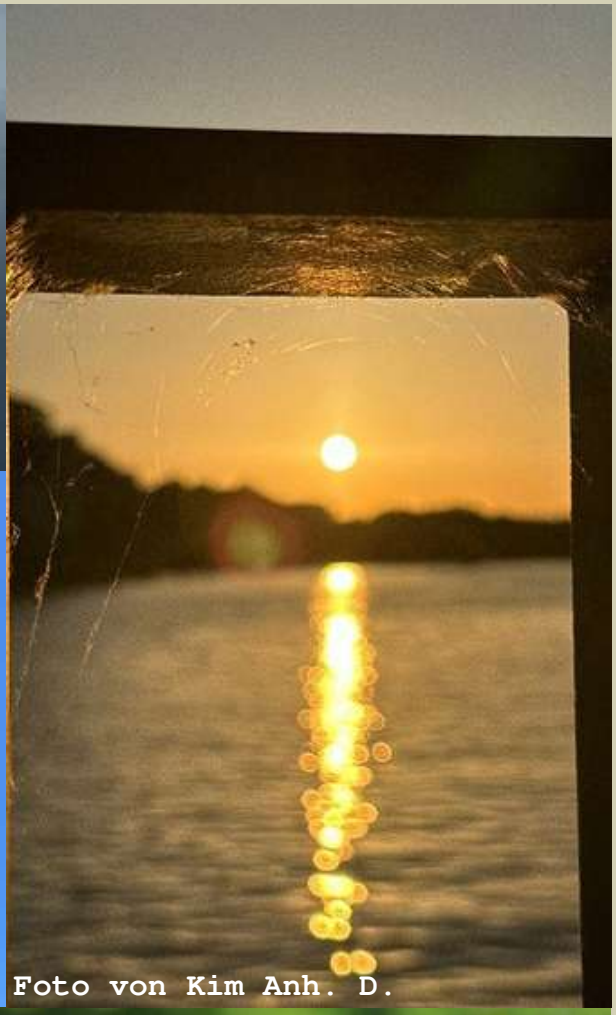


Foto von Kim Anh. D.



Foto von Mareike Albrecht



Foto von Mareike Albrecht



Foto von Clärchen

AK BERICHTE

Auf der ersten Bundesdelegiertenkonferenz haben sich die Bundesdelegierten in Arbeitskreise (AKs) aufgeteilt. Welche AKs es gibt und was diese das Jahr über so gemacht haben erfahrt ihr auf den nächsten Seiten :)





Awareness (AK)

Was bedeutet "Awareness" eigentlich?

Awarenessbedeutet, einen rücksichtsvollen, verantwortungsbewussten und solidarischen Umgang miteinander zu etablieren und zu pflegen. Es sollen Räume geschaffen werden, die die Selbstbestimmung verschiedener Communities stärken - parteilich und solidarisch. Mit Awareness-Arbeit lernen wir gemeinsam, die Grenzen aller zu respektieren und Diskriminierung und Gewalt entgegenzutreten. Und wir lernen, wie wir Personen unterstützen, die diskriminierende Erfahrungen machen (müssen)."



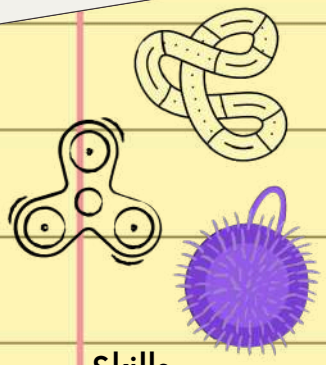
Awareness- Westen



Wir fahren zur BDK und nehmen mit...



Schichtplan



Skills





Ruheraum



Wärmflaschen und Hygienear tikel



Awarenesskonzept



AK BAT



Ziele & Forderungen:
Kernthema unserer Forderungen ist ein kostenloses Deutschlandticket für Freiwilligendienstleistende mit dem Zwischenschritt eines 9-Euro Tickets. Schon jetzt benutzen viele FÖJis das Deutschlandticket und sind darauf angewiesen. Bei dem geringen Taschengeld sind die Kosten dafür aber gerade nach der letzten Preiserhöhung auf 63 Euro kaum zu stemmen.
Je nach Bundesland ist damit teilweise schon ein Fünftel des Taschengeldes verplant, bei Durchschnittsverdienenden in Deutschland macht der Ticketpreis nur ca. 2,5% des Nettoeinkommens aus. Würde man diese rund 2,5% auf unser Taschengeld anwenden, käme man bei ca. 9 Euro raus.
Damit dieses auch gut nutzbar ist, fordern wir den Ausbau des ÖPNV, gerade im ländlichen Bereich, wo viele Einsatzstellen liegen.
Es kann nicht sein, dass für Rüstung und die Erhaltung des Verbrenners fleißig Geld ausgegeben wird, während an dem Engagement junger Menschen gespart wird!

Unterkunft:
Für Freiwilligendienstleistende mit weiterer Anreise haben wir eine kostenlose Unterkunft organisiert. Diese befand sich in Räumen der evangelischen Kirchengemeinde Prenzlauerberg Nord. Dort haben etwa 20 Teilnemende für zwei Nächte auf Isomatten übernachtet, gekocht und Demo-Schilder gebastelt.

Awareness:
Damit sich alle auf unserer Demo wohlfühlen konnten, gab es ein Awareness-Team. Es stand während der gesamten Demonstration als Anlaufstelle für alle Teilnehmenden zur Verfügung. Alle Mitglieder des Teams hatten im Vorfeld eine Awareness-Schulung erhalten. Zusätzlich richteten wir eine gemütliche Picknickdecke mit Skills und Wasser ein, die als Rückzugs- und Pausenort genutzt werden konnte. Auch dort waren jederzeit Ansprechpersonen aus dem Awareness-Team präsent.

Vorbereitung und Planung:
In die Planung und Vorbereitung haben wir sehr viel Zeit und Energie reingesteckt. Aufgeteilt in mehrere UnterAKs haben wir uns mindestens einmal pro Woche online in verschiedenen AKs getroffen. Zusätzlich haben wir jede zweite und am Ende jede Woche eine Besprechung mit dem ganzen AK durchgeführt. Vor allem am Ende waren unsere Kapazitäten voll ausgelastet und wir haben 120% für unseren BAT gegeben.
Ablauf der Demo in Berlin:
Für uns als BAT-Team und unsere Helfenden ging es bereits am 15.05. los mit der Vorbereitung Vorort. Wir sind z.B. die Strecke abgegangen, haben letzte Aufgaben geklärt und haben Essen für die Demo organisiert. Am 16.05. um 11Uhr ging die Demo dann offiziell los.
Unser Ziel war es die mittlere Fahrtstrecke von allen Freiwilligen zur Einsatzstelle zurückzulegen. Das waren ca. 18 Kilometer. Dafür haben wir so viele Runden wie möglich um den Spreebogenpark gedreht; zu Fuß, mit dem Fahrrad und so weiter. Am Ende haben wir acht Kilometer geschafft! Nach anderthalb Stunden hatten wir einen kurzen Redeblock von ca. einer Stunde, wo wir eine Rede von Phie (Bundessprechi vom Bundesfreiwilligendienst (BFD)), von Junia (Bundessprechi vom Freiwilligen ökologischen Jahr (FÖJ)) und von Ben (Vertretung der Bundesfreiwilligenkonferenz (BFK)) hören durften. Anschließend gab es außerdem ein Open-Mic-Angebot mit der Möglichkeit für jeden eine Rede zu halten. Danach ging der zweite Teil der Demo weiter und anschließend gab es für jeden der wollte ein gemeinsames Picknick im Park.















Fotos von Ben Kraft

Öffentlichkeitsarbeit
& Kommunikation

AK ÖFFKOMM

Halloo!

Wir sind der AK ÖffKomm. Unsere Aufgabe war die Kommunikation des FÖJs nach außen hin, also in den sozialen Medien und über Werbematerialien.

Begonnen hat alles mit der Strategieentwicklung zur Bekanntheitssteigerung des FÖJs. Aufgrund seiner sehr viel geringeren Größe, ist das FÖJ deutlich unbekannter als das FSJ. Das muss sich ändern, denn für viele, die ein FSJ ausschließen, aber gern etwas Vergleichbares tun würden, ist das FÖJ eine fantastsiche Gelegenheit, von der sie erfahren sollten.

Konkret bedeutete dies für uns die Analyse unserer Zielgruppe sowie der Kanäle, diese zu erreichen. Die Zielgruppe scheint zunächst sehr eindeutig: Jugendliche nach der Schule. Doch geht es auch konkreter? Fur uns war die Antwort ein kleines Nein, es geht nicht konkreter. Denn Chancengleichheit und Bildungsgerechtigkeit beschränkt sich nicht nur auf dir schulische Laufbahn, sondern umfasst auch dir Zeit danach. Soll heißen:
Die Zielgruppe einzuschränken, würde auch mit einer Einschränkung der Vielfalt im FÖJ einhergehen. Schulabschluss, Noten, Konfession, finanzielle Situation, Herkunft,... dürfen jedoch nicht bestimmen, wer ein FÖJ machen kann. und wer nicht. Das FÖJ muss ein offener Raum sein, der jedem*jeder zugänglich ist, der*die die selbe Offenheit gegenüber anderen zeigt. Unsere Zielgruppe hielten wir daher absichtlich so "vage".

Entsprechend mussten wir nach Methoden suchen, ein sehr breites Spektrum an Menschen zu erreichen. Social Media stand daher natürlich ganz oben auf unserer Liste. Doch im Gespräch war auch der FÖJ-Podcast, der dieses Jahr durch den gleichnamigen AK neuen Wind in den Segeln hatte. Dazu gesellten sich Radio- und Messe-Auftritte, Schulvorträge und die Überarbeitung des FÖJ-Wikipedia-Artikels.
Viele dieser Ideen mussten wir leider auf die Landesebenen auslagern, da die Unterschiede der einzelnen Bundesländer zu gravierend waren und eine Vereinheitlichung (oder auch nur Angleichung) außerhalb unseres Einflussbereichs lag.
Wir haben jedoch einen trägerübergreifenden Flyer in zwei Formaten erstellt, der nächstes Jahr im großen Stil gedruckt werden kann und auf Social Media haben wir u.A. über anstehende Landesaktionstage informiert.
Beim Wikipedia-Artikel wurden wir unglücklicherweise zum Opfer eines Edit-Wars. Hoffen wir, dass bei diesem Punkt der nächste AK ÖffKomm mehr Erfolg hat! x





AK Podcast

Der Beginn
BDK 1:
hier begann unsre Mission
voller Begeisterung und Motivation
zwar ohne Bild, aber mit — Ton

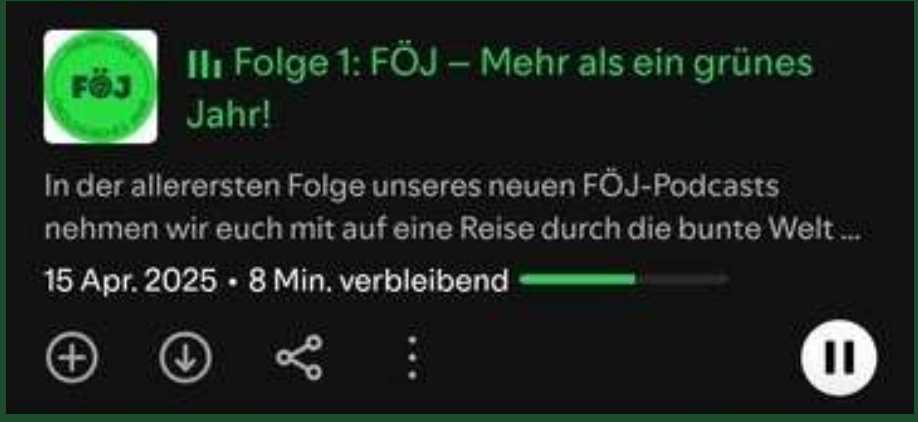
das FÖJ hörbar machen weit und breit,
mit Einblicken in Alltag und Sprechi-Arbeit

Mittendrin
BDK 2:
in verminderter Zahl
ein vereinsamter Chat auf Signal
[der FÖJ Stress ist real]
trotzdem: Party im Plenum-Ballsaal

Interviewanfrage — verschickt — Antwort — Absage

Fin
BDK 3:
zwischen Polaroids und Hitzeschlag
ist Teambuilding angesagt
AK-Ausklang, das Ende nähert sich Tag für Tag

Immerhin - we won't fully quit,
eine Folge nehmen wir noch mit!

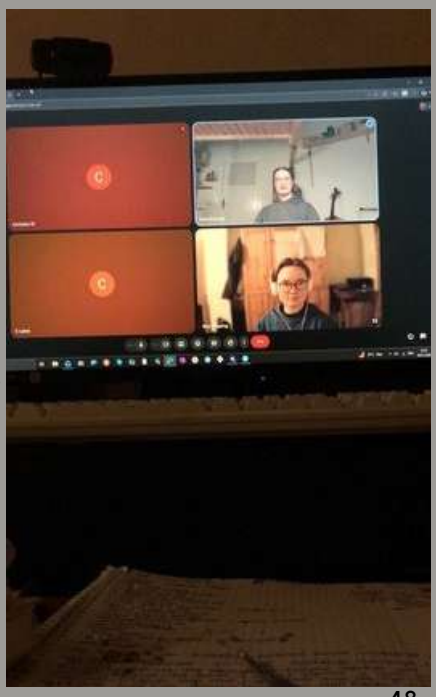




AK-POLITIK

EINE SCH MERZ HAFTE ANGELEGENHEIT?

Durch den Förderalismus in Deutschland gab es teilweise eingeschränkten Aktionsspielraum, allerdings startete der AK mit großen Ambitionen. Es wurde ein Cryptpad-Team erstellt, um übergreifend mit allen Geräten kollaborieren zu können.
In den anfänglichen Calls wurden Ideen gesammelt, was man gerne verbessern wollen würde und was praktisch umgesetzt werden könnte. Dabei stellten wir vor allem große Unterschiede in den Lebens- und Arbeitsbedingungen der Freiwilligen fest.
Es gab den Einfall, mal mit der Pusteblume zu kooperieren, was in Form des FÖJs Aktuell auch geschah.
Wir erstellten Listen, in denen wir das Taschengeld zwischen den Bundesländern verglichen und schauten uns Gesetzestexte (z.B. zum Wehrdienstthema) an.
Wir begannen ein Taskcards, das FÖJ FAQ (das ist wie Padlet, aber aus Deutschland) als gesammelte Informations-Börse, da wir auch das Bedürfnis hatten uns besser zu organisieren. Viele Infos mussten wir selbst zusammensuchen, was manchmal so einiges erschwert.
Auch gab es ein Gespräch mit den vorigen BDKlern aus dem AK-Politik, da diese eine Umfrage durchführten. Die Daten-Auswertung klappte aus verschiedenen Gründen nicht, weswegen wir eine eigene Umfrage erstellten. 772 FÖJis, aus allen Bundesländern recht unterschiedlich verteilt, machten dabei mit. Die Auswertung nahmen die Bundessprechis dankbar entgegen, sie zeigte die Zufriedenheit bezüglich Arbeitszeit, Taschengeld, Anfahrts-
weg, Arbeitsklima, Einsamkeit uvm.
Schlussendlich waren die Bundessprechis vorrangig für die politische Kommunikation auf Bundesebene da. Am Ende zeigte sich also, dass der AK Politik eher eine Rolle in Bezug auf den Austausch zwischen den Bundesländern spielte. Wir erkannten, dass man als Landessprechende oft schon viel mehr bewirken kann (durch den Föderalismus u.a.) oder eben auch schon auf Kommunalebene. Aus diesem Grund nutzten wir die Zeiten anfangs auch häufig, um uns über gängige politische Ereignisse aus den Ländern, die uns betrafen, auszutauschen. Das dadurch gewonnene Know-How wurde dann von anderen Menschen mit in die Sprechi-Arbeit genommen.
Auch, wenn es am Ende weniger zu tun gab, als Fazit kann man sagen: Ihr könnt etwas erreichen, egal wie klein ihr euch fühlt! In Brandenburg wurde beispielsweise ein vergünstigtes De-Ticket wieder eingeführt und in Berlin die 35h-Woche, es gibt noch viele andere Beispiele. Habt nur Mut und fangt an!



Pusteblume - Behind the Scenes

Wenn ihr diesen Text hier lest, müssen wir zum Ergebnis unserer AK-Arbeit wohl nichts mehr sagen. Aber wie sieht es dahinter aus? Wie kamen wir dahin wo wir jetzt sind?



Unser Weg begann auf der ersten BDK im November in Würzburg. Da wurden zunächst einige AKs des letzten Jahrgangs vorgestellt, von denen uns ans Herz gelegt wurde, sie weiterzuführen. Einer davon war auch der AK Pusteblume. Anschließend sollten wir als Bundesdelegierte uns auf die AKs aufteilen, schließlich standen wir dann zu sechst bei dem Flip-Chart der Pusteblume. In dem Moment waren wir zum ersten Mal als AK zusammen, und fingen auch direkt mit der Arbeit
an. In der darauffolgenden Zeit saßen wir zusammen und tauschten unsere Ideen aus. Schnell waren wir uns einig, dass wir gerne mehr als die traditionelle eine Ausgabe am Ende des FÖJs schaffen wollten. So setzten wir uns das Ziel, Innerhalb der nächsten zwei Monate eine Winterausgabe zu produzieren. Außerdem verabredeten wir ein regelmäßiges Zoom-Meeting jeden Donnerstag, das bis zum Ende bestand hatte. Dazu muss gesagt sein, dass diese Meetings regelmäßig aus dem Zug, von Bushaltestellen oder vom Moor aus abgehalten wurden. Zwischendrin kam Finn noch die Idee, zusätzlich jeden Monat eine kleines Zine zu gestalten, das Pusteblümchen.
Im Januar war es dann so weit: Unsere erste Ausgabe erschien, mit 53 Seiten, die zu einem großen Teil mit euren Beiträgen gefüllt waren. Ein echter Meilenstein für uns, da wir nun auch die Bestätigung hatten: Wir können Etwas erreichen. Das nächste Mal, als wir uns in Präsenz trafen, war die zweite BDK in Hamburg im März. Dort konkretisierten wir den Plan, eine gedruckte Gesamtausgabe am Ende des FÖJs zu veröffentlichen, kümmerten uns um finanzielle Fragen und sprachen mit Ehemaligen. Wir beantragten Fördergelder, schauten uns Druckereien an und
legten einen Zeitplan fest. Im Mai erschein dann schließlich unsere Frühlingsausgabe, die nach anfänglichen Sorgen doch etwa genauso groß war wie die vorherige. Nach der dritten und letzten BDK in Berlin im Juni (und damit auch unserem letzten regulären Präsenztreffen☹) lest ihr nun unsere letzte digitale Ausgabe. Wir hoffen, dass ihr viel Neues gelernt, schöne Gedichte gelesen und Fotos betrachtet habt, und dass hoffentlich auch auf den kommenden Seiten tun werdet. Wir bedanken uns außerdem bei allen, die uns Beiträge geschickt haben. Danke! Ohne euch hätte das alles nicht funktioniert. Bleibt neugierig und engagiert!

Eure Redaktion der Pusteblume



Foto von Kim,
Stadt am Abend

Politisches



Foto von Noa W.
bunt beleuchtetes Auto

Frieden schaffen –



ohne Waffen!

Der russische Angriffskrieg auf die Ukraine dauert nun bald schon 4 Jahre an. Währenddessen verschärfen sich die Positionen unserer Regierungsparteien immer weiter. Ausschließlich wird darüber diskutiert, ob wir Rakete X oder Panzer Y liefern sollen. Es scheint im politischen Diskurs unabdingbar, weiter aufzurüsten. Während für das Militär Milliarden an Schulden aufgenommen werden, bröckelt der Sozialstaat an allen Ecken. Für den Klimaschutz ist sowieso kein Geld da. Und jetzt soll auch noch durch die Hintertür eine Wiedereinberufung der Wehrpflicht stattfinden.

Uns reicht es! Deshalb haben 18 Menschen aus unserer Einsatzstelle "Sieben Linden" in Sachsen-Anhalt am 5.12. beim Schulstreik in Lüchow teilgenommen. Deutschlandweit gingen über 50000 junge Menschen letzten Freitag auf die Straße, um gegen die Aufrüstungskampagne der Bundesregierung zu demonstrieren. Wir glauben nicht an das Märchen, dass Aufrüstung den Frieden bringt.
Wir wollen eine diplomatische Lösung des Konflikts.
Und deshalb sagen wir:
Waffenlieferungen stoppen. Kein Krieg mit deutschen Waffen!

Text und Foto von Tom Dangeleit/Sieben Linden

FÖJ Aktuell:



Foto: die Bundesdelis auf der ersten BDK im November

Wo stehen wir momentan?

Wir - als gewählte Landessprechis oder Bundesdeligierte sind eure Ansprechpartner, wenn es um Anliegen geht, die euch in eurem Freiwilligendienst beschäftigen. Seit Generationen setzen wir uns für bessere Arbeits- und Lebensbedingungen ein und richten Aufmerksamkeit auf das FÖJ, damit es den Politikern im Hinterkopf bleibt. Viele Sprechis vor uns hatten ähnliche Anliegen und trugen diese in die Welt. Wie ist die aktuelle Situation? Wie viel verdient ein FÖJler und welche Unterstützung erhalten wir? - Eine Kurzkolumne

Das FÖJ ist eine Sparte der Freiwilligendienste, die in Deutschland eher unbekannt ist. Nicht umsonst müssen wir uns ständig erklären, wenn wir gefragt werden, was wir machen.
“FSJ?” - kommt dann immer die Nachfrage. “Nein, ein freiwilliges ÖKOlogisches Jahr.” - ist dann meistens meine Antwort. Der Unbekanntheitsgrad
in der Gesellschaft wird auch durch große Unterschiede zwischen FSJ und FÖJ widergespiegelt. Dies zeigt sich beispielsweise in den Wochenstunden oder Taschengeldern.

Text von Noa W.

Dieses Thema muss aber differenziert betrachtet werden, denn – wie so häufig - gibt es regional starke Unterschiede in den Bundesländern. Nach stichprobenartiger Befragung anderer Bundesdeligierter konnte ich ein durchschnittliches Entgeld von 370 Euro feststellen (dies ist allerdings nicht repräsentativ). Es gibt allerdings große Abweichungen nach oben sowie nach unten. Fakt ist, dass sich das Entgeld so stark unterscheidet empfinden viele als ungerecht. Die Spanne liegt zwischen 260 und 772 Euro. Dies zeigt, dass die Landesministerien unterschiedlich viel Geld - erstens: zur Verfügung haben und zweitens: für Freiwilligendienste bereitstellen wollen.
Während Bayern über Verpflegungs- und Unterkunftszuschüsse an der Spitze der Liste steht, befinden sich MV oder Brandenburg, die keine Zuschüsse zahlen eher unterhalb der Liste. Generell fiel bei der Befragung auf, dass insbesondere ostdeutsche Bundesländer eher durchschnittliches bis unterdurchschnittliches Taschengeld zahlen.
Bei der Zahlenbetrachtung sind auch laufende Kosten ein Faktor. In manchen Bundesländern bekommen alle Freiwilligen ein gleiches Taschengeld ohne Berücksichtigung, ob sie noch zu Hause leben oder sich selbst versorgen müssen. Sogenannte Verpflegungs- und Unterkunftszuschüsse gibt es beispielsweise schon in Sachsen, Bayern oder Rheinland-Pfalz. Diese können für eine fairere finanzielle Vergütung sorgen.
Aber auch bürokratische Hürden stehen FÖJlern im Weg. Der Antrag ist zeitintensiv und muss lang bearbeitet werden. Bis man die Zusage bekommt muss man sich irgendwie über Wasser halten oder die Eltern unterstützen einen finanziell.
Neben der Wohnung ist auch die Fortbewegung ein Thema, das uns schon lang bewegt.
Die meisten Freiwilligen besitzen aus Kosten- und Umweltschutzgründen kein Auto, sie sind also auf den öffentlichen Nahverkehr angewiesen. Viele wohnen außerdem nicht in ihrer Einsatzstelle. Durch eine neue Umfrage unter FÖJlern im ganzen Land ließ sich feststellen, dass der durchschnittliche Fahrweg zur Einsatzstelle bei 403 Befragten knapp 18,3 km beträgt. Das mit dem Fahrrad zurückzulegen wäre eine Zumutung. Also ab in den Bus oder die Bahn.
Dafür haben die Landesdeligierten in Brandenburg mal eine Beispielrechnung erstellt. Wohnte man in Potsdam, müsste also pro Weg ca. 3 Euro Fahrtkosten zahlen (was noch verhältnismäßig wenig ist), käme man am Ende des Monats auf
knapp 120 Euro, was ein Drittel des brandenburgischen Taschengeldes ist.
Selbst wenn man sich ein Deutschland-Ticket kaufen würde, gäbe man über die Hälfte seines Entgeldes für Essen und Fahrtweg aus, da das Ticket verhältnismäßig teuer ist und auch ein Lebensmittel-Einkauf inflationär im Preis steigt.
Es braucht also vergünstigte ÖPNV-Tickets in ganz Deutschland, für alle Freiwilligen.
#FreieFahrtFuerFreiwillige, ein Anliegen, das in unseren Kreisen schon lange ein Thema ist.
Ihr seht also, dass einige Bundesländer schon voranschreiten, was Arbeits- und Lebensbedingungen angeht. Dennoch muss sich noch einiges ändern.
Bleibt also dran und gebt die Hoffnung nicht auf! Denn nur gemeinsam können wir etwas erreichen.



Foto von der BDK in Würzburg, die Bundesdelis während einer Debatte

Text von Noa W.

Feuerwerk

die Probleme hinter Farbe und Licht

Alle Jahre wieder: Ein Spektakel, das Jung und Alt auf der ganzen Welt begeistert. Feuerwerk gehört für viele Menschen an Silvester einfach dazu, es ist wie Ostern und die Ostereier, Weihnachten und der Weihnachtsbaum. Mit dem Unterschied, dass Silvester in fast allen Teilen der Welt gefeiert wird, während Ostern und Weihnachten sich eher auf die christlich geprägten Länder beschränken. Eine alte Tradition, die in letzter Zeit aber immer mehr in Verruf gerät. Denn sie hat eine zweite Seite. Hinter Licht, farbenfroher Freude und Spektakel verstecken sich Müll, Verletzungen sowie verängstigte Tiere und Menschen. Wobei „verstecken“ eigentlich eine Beschönigung ist. Wirft man an Neujahr und in den Tagen danach einen Blick vor die Haustür, so sind die Folgen kaum zu übersehen. Ist es daher an der Zeit diese alte Tradition in der Vergangenheit zu lassen? Wenn man ehrlich ist, sind die Argumente gegen Feuerwerk erdrückend. Fängt man bei den Tieren an: Jedes Jahr sind Millionen Hunde, Katzen und andere Haustiere völlig verschreckt, verstecken sich unter Tischen, leiden vor allem unter den für sie unerklärlichen Geräuschen. Aber auch die plötzlich aufleuchtenden grellen Lichter und der ungewohnte Geruch irritiert sie. Gesundheitliche Schäden sind dabei keine Seltenheit. Und all dies beschränkt sich natürlich nicht nur auf Haustiere, auch Wildtiere leiden jedes Jahr aufs Neue unter unserem sorglosen Vergnügen. Wer also sagt, ihm läge das Wohl der Tiere am Herzen, sollte darüber nachdenken, wie ehrlich diese Aussage ist, sollte er oder sie an Silvester Feuerwerk zünden.

Aber auch für Menschen hat diese Nacht jedes Jahr teils schwerwiegende Folgen. In den vergangenen drei Jahren war die Anzahl der „Feuerwerkstypischen“ Verletzungen am 1. Januar in Deutschland stets etwa viermal so hoch wie an anderen Tagen. Funfact: In diesem Zeitraum lag der Männeranteil der Verletzten jedes Jahr bei über 80%, 2024 sogar bei 92%. Noch ein Fakt, aber nicht so spaßig: Silvester 2024/25 kamen in Deutschland fünf Menschen durch nicht sachgemäß verwendete Böller ums Leben, ein Jahr später wieder zwei, beide erst 18 Jahre alt.

Hier muss man sich doch auch fragen, inwiefern jeder erwachsene Mensch eine Vorbildfunktion gegenüber Kindern und Jugendlichen hat. Und inwiefern diese erfüllt wird. „Kinder von Rauchern werden statistisch häufiger selbst zu Rauchern“, steht auf Zigarettenpackungen. Das ist ja auch völlig logisch, Kinder schauen sich fast alles bei ihren Vorbildern ab, wobei Vorbilder hier nicht nur Familienmitglieder sein müssen. Alles, was in der Umwelt eines Kindes passiert, beeinflusst dessen Verhalten und prägt dieses langfristig. Ein Kind, das mit Feuerwerk aufwächst, ob in der eigenen Familie, oder auch nur aus der Ferne, ist logischerweise eher dazu geneigt, selbst mal Feuerwerk zünden zu wollen. Von daher ist das Argument, man gefährde doch nur sich selbst und sei dann selbst schuld, hinfällig.

Die jährlichen Müll-Berge, die die Straßen verdrecken und der Umwelt schaden, sind verhältnismäßig wohl noch das geringste Problem, und dennoch kein kleines. Laut einer Analyse der Hochschule Pforzheim würde man ohne Silvesterfeuerwerk rund 3.500 Tonnen Plastikmüll einsparen. Wichtig, hier ist nur der Kunststoff eingerechnet, Pappe, Holz und Ton kommen noch dazu.

Dies war nur ein kleiner Überblick über die Probleme mit Silvesterfeuerwerk, der noch längst nicht alles angesprochen hat. Doch wie sieht die Zukunft aus? Dronenshows sind eine Alternative zu Feuerwerk, die rund um die Welt immer mehr Begeisterung findet, ohne dabei laut zu sein oder Müll zu verursachen. Trotzdem scheint der Wandel, gerade in Deutschland, sehr langsam voranzugehen. Muss daher ein Verbot her? Würde man mich fragen, dann ja, ein Verbot würde der Umwelt und den Menschen nur guttun, und in einigen Jahren würde es vermutlich kaum noch hinterfragt werden. Jedoch scheint die Mehrheit der deutschen Bevölkerung zu konservativ eingestellt zu sein, um rechtzeitig die richtigen Schritte zu gehen, selbst wenn es um die eigene Sicherheit und Zukunft geht. Das sieht man beim Klimaschutz und eben auch beim Feuerwerk. Daher zum Abschluss mein Appell an alle Leser*innen: Vermeidet Feuerwerk so gut es geht, stellt euer eigenes Vergnügen nicht über das Wohlergehen anderer.

Text von Juri S.

Wissenswertes



Foto von Kim Anh. Drabe



Foto von Phillip



Foto von Celina Grolleman

Lesen



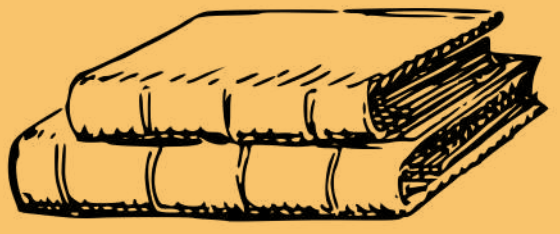
heutzutage

Besonders im Winter machen wir es uns gerne mit einem Buch gemütlich. Besonders in Zeiten von rasanter Entwicklung von KI und Fake News im Internet ist das Lesen und Verstehen von Texten eine unglaublich wichtige Kompetenz. Allerdings vergessen wir oft, dass auch Bücher zu kaufen Konsum bedeutet. Wie lese ich heute also am besten, wenn ich auf Nachhaltigkeit achten möchte?

Foto von pixabay

Lesen ist nicht gerade ein umweltfreundliches Hobby. Das hat vor allem einen Grund: ständig werden neue Bücher benötigt. Für ein Buch wiederum wird zusätzlich zum restlichen Herstellungsprozess einiges an Papier verwendet. Dabei ist auf den wenigsten Büchern der blaue Engel als Umweltsiegel zu finden. Papier als nachwachsende Ressource nachhaltig zu nennen, ist und bleibt voreilig. Für Frischfaserpapier müssen Bäume abgeholzt werden, hinzu kommen Herstellung und die Lieferkette. Möglich wäre die Anschaffung eines E-Readers. Wer das erwägt, muss allerdings auch gleich recht viel lesen, um Herstellung und schwierige Entsorgung der Technik auszugleichen. Außerdem ist nicht jeder gewillt, das haptische Buch so leicht aufzugeben. Natürlich würde ich keine solche Einleitung schreiben, hätte ich nicht ein paar Alternativen und Tipps im Umgang mit dieser Situation parat. Schließlich sehe ich das Lesen gerade heutzutage als sehr wichtig an. Auf der einen Seite scheint die Schule sich oft beinahe zu bemühen, Schülern das Lesen hassen zu lehren. Auf der anderen Seite gibt es das Internet mit seinen vielen Einflüssen, die eigentlich eine bewusst trainierte Rezeption von Texten erfordern. Und irgendwo in der Ecke beschwert sich mal wieder jemand über toxische Beziehungen in Dark Romance Romanen, die von Dreizehnjährigen gelesen werden. Dabei kann schon allein die Kompetenz kritisch zu lesen einiges verändern. Sie hilft beim Erkennen von Fake News, bis hin zu dem Punkt, an dem sie einer politischen Radikalisierung im Weg stehen kann.

“Kurzum, kritisches Lesen ist ein legitimes Mittel, um an eine differenziertere Weltsicht zu gelangen”





Die gute Nachricht: kritisches Lesen ist an so gut wie jedem Text lern- und praktizierbar. Lesen als Hobby hat also durchaus einen Platz in der modernen Gesellschaft.
Die schlechte Nachricht: unsere „Lesen ist umweltschädlich“-These steht immer noch.

Hier kommen meine bereits angeteaserten Alternativen ins Spiel:

“Die Lösung fängt mal wieder damit an, bewusster zu kaufen”

Beim Neukauf von Büchern lohnt sich zum Beispiel ein genauer Blick auf die Verlage. Viele Verlage werben mit unterschiedlichen Umweltstrategien. Dabei ist es sinnvoll zu prüfen, ob es sich hier um konkrete und sinnvolle Vorgehensweisen handelt oder nur verschwommene Begriffe verwendet werden. Diese Methode erfordert zugegebenermaßen einen kleinen Rechercheaufwand und ist nur auf jeden Verlag individuell anwendbar. Allerdings kann auch auf Umweltsiegel geachtet werden. In der Bücherbranche sind diese aber leider wenig verbreitet. Das vertrauenswürdigste Siegel ist der blaue Engel. Auf der Internetseite des blauen Engels gibt es eine Übersicht zu Verlagen und Druckereinen, die unter diesem Siegel drucken. Weil das Siegel aus Designgründen selten auf dem Cover abgedruckt wird, lohnt es sich hier ein wenig nachzuforschen. Schneller sind wohl mit dem FSC- Siegel gedruckte Bücher zu finden. Dieses Siegel stellt aber einen deutlich geringeren nachhaltigen Anspruch. Die Verwendung von Recyclingpapier ist nicht garantiert. Trotz allem ist dieses Siegel besser als kein Siegel.



Unabhängig davon kann beim Kauf von neuen Büchern auf das Cover geachtet werden. Softcover sind nämlich meistens umweltverträglicher als Hardcover.
Auch das Thema E-Reader muss nicht einfach abgetan werden. Im Vergleich zum ständigen Neukauf von Büchern kann die Anschaffung für Vielleser durchaus die CO2-Bilanz senken. Auf jeden Fall ist es umweltfreundlicher E-Books auf einem E-Reader, als auf anderen digitalen Endgeräten zu lesen.
Jetzt, wo ich das Thema „Neukauf von Büchern“ abgehakt habe, kann ich endlich zu den noch nachhaltigeren Lesemöglichkeiten kommen. Der erste Schritt dabei ist es, sich nach gebrauchten Büchern umzusehen. Schließlich müssen diese nicht erst hergestellt werden. Je öfter ein Buch gelesen wird, desto besser ist seine Umweltbilanz.

Wer ein bestimmtes Buch sucht, hat gute Chancen, es online gebraucht zu finden. Hierfür eignen sich unter anderem Seiten wie Arvelle und Cheaboo. Noch nachhaltiger ist es natürlich, gebrauchte Bücher lokal zu kaufen. So werden Lieferwege gespart und es muss auf keine Onlinehändler vertraut werden. Dafür gibt es bestimmte Läden, wie zum Beispiel den Buchteddy in Dresden.

Eine weitere Möglichkeit besteht darin, Bücher von Verwandten und Bekannten zu leihen (oder die eigenen Bücher zu verleihen). Zusätzlich gibt es öffentliche Bücherschränke. Die Meisten werden das Konzept kennen. Dort können Gebrauchtbücher abgegeben und gegen andere Gebrauchtbücher getauscht werden. Es erfordert zwar ein wenig Glück, aber mit beständigem Suchen können einige Schätze in solchen Bücherschränken gefunden werden.

Wer Bücher nicht unbedingt selbst besitzen muss, kann sowieso auf ein altbewährtes Konzept zurückgreifen. Bibliotheken sind eine wunderbare Alternative, die dem ständigen Kauf neuer Bücher entgegensteht.

“Umweltfreundliches Lesen ist heutzutage also nicht nur möglich, sondern oft auch um einiges billiger”

Persönlich sehe ich sogar noch einen Vorteil darin, gerade genannte Buchbeschaffungsmethoden zu nutzen. Wer jedes einzelne Buch teuer neu kauft, muss sich gut überlegen, welche Themen und Genres den persönlichen Geschmack treffen. Die Chance, auf etwas absolut Unerwartetes zu treffen, ist in Bibliotheken oder öffentlichen Bücherschränken um einiges höher. So ist es viel einfacher, sich auf kleine, aber feine thematische Irrwege zu begeben. Übrigens sorgt das auch für mehr Offenheit und Abwechslung beim kritischen Lesen.

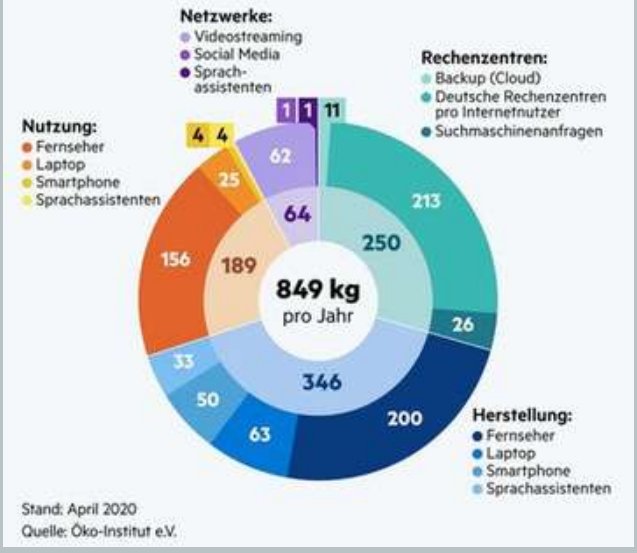
Viel Spaß bei der Bücherjagd!



Der digitale CO2-Fußabdruck

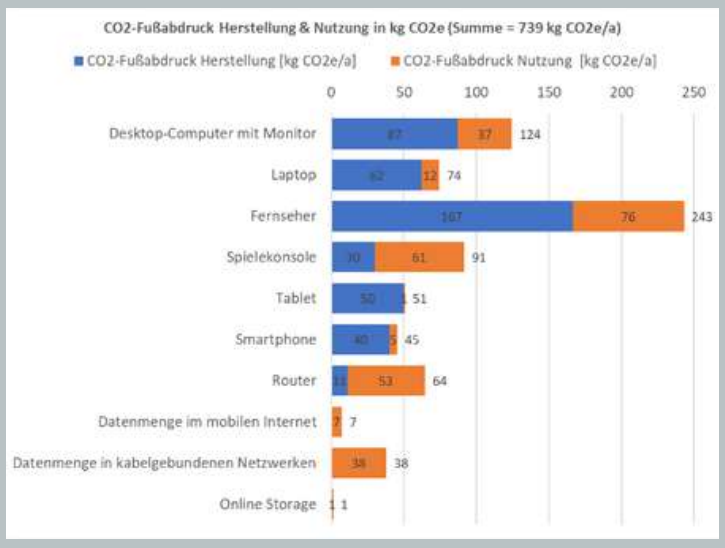
Ist Digitalisierung wirklich nachhaltiger? - Ein Einblick

Klar, jeder hat schon ein mal vom CO2-Fußabdruck gehört. Es gibt vielzählige Seiten, auf denen man diesen berechnen kann. Aber was ist ein digitaler Fußabdruck?
Ein digitaler CO2-Fußabdruck bezieht sich auf die Emissionen, die durch digitale Anwendungen entstehen, beispielsweise durch E-Mails, Smartphone oder Streaming.
5,5 Mrd. Menschen weltweit besitzen einen Internetzugang. Insgesamt macht dieser Bereich 1,5 - 4 Prozent der globalen Emissionen aus. Wie steht es also um die Nachhaltigkeit im digitalen Bereich? Wie verbrauchsarm sind unsere Anwendungen wirklich?



geschätzte Emissionen pro Kopf pro Jahr

Bevor Geräte durch uns überhaupt genutzt werden können, werden sie aufwendig hergestellt. Dies geschieht oft in Ländern mit weniger strengen Arbeitsbedingungen, da es den Herstellungspreis reduziert.
Betrachtet man hier als Beispielfall ein Notebook mit SSD Festplatte werden bei der Herstellung schon 311,1 kg Co2-Äquivalente ausgestoßen. Diese Daten wurden aus einer Studie von 2020 ermittelt, Tendenz steigend. Durchschnittlich beträgt die Nutzungsdauer dieser Geräte um die fünf Jahre



Hier erkennt man, dass insbesondere die Herstellung energieintensiv ist. Durch die geringe Nutzungsdauer können diese Emissionen auch nicht durch eine lange Verwendungszeit ausgeglichen werden. Zusätzlich dazu werden Laptops oft nicht gut genug gewartet. Reperatur ist zeitintensiv und teuer, Ersatzteile rar.
Aber neben der Herstellung beeinflusst natürlich auch unser Nutzungsverhalten die CO2-Bilanz unserer Geräte.
Insbesondere, wenn wir Video-Streaming-Dienste benutzen entsteht durch die große Datenmenge ein hoher Energieverbrauch in den Rechenzentren.
Die Bilanzierung genauer Zahlen gestaltet sich oft als schwierig, allerdings liegt der Anteil von Streaming-Diensten am globalen Datenverkehr wohl zwischen ca. 60-75%.



“Digitaltechnik hat einen Gesamtfußabdruck von ca. 138 kg CO2-Äquivalenten.”

74 kg allein davon gehen schon auf das Konto von Video-Streaming in HD-Qualität.
Sogenannte Scope 3 Emissionen sind auch der gößte Anteil des CO2-Fußabdruckes von Streaming-Unternehmen wie Netflix und Co.
Problematisch zu betrachten sei auch, dass einige dieser Emissionen dort nicht miteinberechnet werden, wodurch manche Emissionen “unsichtbar” bleiben, betont ein Artikel der Seite “clean energy wire”.
Diese entstehen durch Ernergienutzung der Endgeräte der Zuschauer sowie der Internetinfrastruktur.
Allerdings entstehen auch bei der Produktion klimaschädliche Gase, u.a. durch Transport oder Stromverbrauch.
Hierbei ist Netflix noch sehr von Ausgleichszahlungen abhängig, die zwar Klimaprojekte fördern, aber nicht direkt den CO2-Ausstroß des Unternehmens reduzieren.
Aber zumindest plant der Dienst alle Scope-Emissionen bis 2023 um 45% im Vergleich zu 2019 zu reduzieren.

Netflix ist also ein Teil des Problems, aber wichtig zu wissen ist, wie das große Ganze hier funktioniert (in diesem Fall das Internet).
Hier kommt man nach einer Studie des Öko-Instituts auf jährlich 138 kg pro Person.
Auch das mobile Internet besitzt dabei einen großen Posten. Mobilfunknetze, d.h. wenn wir das Internet mit LTE oder 5G nutzen, benötigen fünfmal mehr Energie als kabelgebundene Breitbandnetze (also ältere WLAN-Verbindungen). Glasfaser kommt am besten weg.
Hier sollte also auch Aufmerksamkeit auf dem energieeffizienten Ausbau in Deutschland liegen, sowie mit erneuerbaren Energien betriebene Server für die Datenspeicherung.
Schlussendlich gibt es also auch viele Abgase, die zunächst nicht sichtbar sind. Hier liegt noch großes Verbesserungspotential.

Aber abgesehen davon, **was kann man selbst tun,** um seinen eigenen digitalen Fußabdruck zu reduzieren?
Da insbesondere das Mobilfunknetz datenintensiv ist, empfiehlt es sich Filme und Serien zu Hause herunterzuladen und unterwegs über den Handyspeicher abzuspielen.
Ähnliches gilt bei Songs. Ein Download spart Daten, sowie bei Spotify die Funktion auszuschalten, bei der das Musikvideo im Hintergrund läuft. Videodateien sind immer datenintensiver als Audiospuren.
Versucht also am besten immer WLAN-Netzwerke zu verwenden, wenn es geht.
(Hey, da habt ihr eine gute Ausrede, warum ihr das Passwort für das WLAN bei euren Kumpels braucht).
Nebenbei ist es auch gut, Daten lokal zu speichern, ist ebenfalls energiesparender als eine Cloud zu nutzen.
Des Weiteren nimmt digitaler Müll auch Speicherplatz ein, also auch das Löschen von alten Bildern und E-Mails hilft der Umwelt indirekt! Falls ihr zwischendurch mal auf die Retro-Idee kommt, lineares Fernsehen zu schauen: schaut lieber live über Antenne, Satellit oder Kabel und nicht übers Internet, um Daten zu sparen. Generell wenn ihr mal Videos schaut: Mein Tipp
ist die Bildqualität herunterzustellen, das erfordert weniger Energie und ist keine große Einschränkung.
(Vor allem auf dem Handy merkt man es kaum).
Sollte euer Gerät mal den Geist aufgeben, dankt die Erde es einem natürlich auch, wenn ihr es korrekt entsorgt. Also zum Beispiel bei einer Elektro-Sammlung oder ihr verkauft es an Bastler. Die seltenen Erden wollen immerhin auch nicht im Schrank verstauben.
Aber hey, niemand ist perfekt, ich finde allerdings, dass es wichtig ist, auch das “Unsichtbare” im Hinterkopf zu behalten.
Zur Not muss man vielleicht einfach mal das Handy ausschalten und oldschool ein Buch lesen.



Text von Noa W.

Moore



— Warum sie so wichtig sind und wie daran gearbeitet wird

Moore machen hier in Deutschland nur noch einen kleinen Teil der Landfläche aus, warum sind sie trotzdem beim Thema Treibhausgase und Klimawandel wichtig, und was passiert,wenn sie nicht renaturiert und geschützt werden?

Was viele nicht wissen: Moore können Klimahelden sein, wenn man sie lässt. Sie machen zwar nur
rund 4 % der deutschen Landfläche aus, können aber, wenn sie intakt sind, ca. 1 Milliarde Tonnen an CO2-Äquivalenten binden. Im Vergleich dazu speichern die deutschen Waldflächen mit ihren 32 % der Landesfläche ca. 2,2 Milliarden Tonnen CO2- Äquivalente. Also speichern Moore im Verhältnis zu ihrer Fläche um ein Vielfaches mehr Treibhausgase als Wälder. Warum ist das so? Moore haben einen deutlich höheren Grundwasserspiegel als Wälder. Wenn in Wäldern Pflanzen sterben, geben sie ihren gespeicherten Kohlenstoff wieder in die Luft ab. In Mooren allerdings können Pflanzen nach ihrem Absterben meist nur begrenzt zersetzt werden, weil sie im Wasser wenig Kontakt zu Sauerstoff haben und so weniger CO2 abgeben. Somit bleibt der Kohlenstoff in der Torfschicht gebunden und diese wird mit der Zeit immer dicker.
Das funktioniert aber nur, wenn die Moore ausreichend Wasser zur Verfügung haben. Ist das nicht der Fall, kommt zu viel Sauerstoff an die Torfschicht und die trockenen Moore werden mehr zum Klimakiller als zum Kohlenstoffspeicher.

“Eine belastende Tatsache ist, dass momentan in Deutschland 90 % aller Moorflächen trockengelegt sind”

Meistens werden diese trockengelegten Flächen für Land-, Forstwirtschaft oder für den Torfabbau genutzt. Das führt leider dazu, dass Moore mit 53 Millionen Tonnen CO2-Äquivalenten





pro Jahr zu mehr als 7 % der Gesamtemission Deutschlands beitragen.
Durch den Erhalt und die Wiedervernässung von Mooren schützen wir nicht nur unser Klima,
sondern tragen auch erheblich zum Erhalt von Tier- und Pflanzenarten bei, die auf diese Feuchtgebiete spezialisiert sind.
Im Westerzgebirge wurde nun von Sachsenforst durch Mittel aus dem Waldklimafond seit 2021 daran gearbeitet, 10 Moore mit einer Gesamtfläche von 67 Hektar zu renaturieren. Das wurde
dadurch erreicht, dass man Entwässerungsgräben verschüttet hat, Stauwerke an Knotenpunkten rund um die Flächen errichtet hat, um den Wasserpegel innerhalb des Moorgebiets anzuheben und mit gezielter Baumentnahme wurde mehr Licht auf die Torfmoose gelassen um das Wachstum des Moores zu verbessern. Im Zuge dieses Projekts hat man Messstationen für Wasserspiegel und Treibhausgase installiert. Diese Daten sollen
genutzt werden, um zukünftig bessere Strategien im Umgang mit unseren Mooren zu entwickeln. Ähnliche Renaturierungsprojekte werden derzeit auch in anderen Bundesländern umgesetzt, etwa in Mecklenburg-Vorpommern, Niedersachsen und Schleswig-Holstein.
Man kann also nur hoffen, dass dies ein Startschuss ist, der für eine gezielte Renaturierung unserer Moore in den nächsten Jahren steht, weil der
Schutz und die Wiederherstellung dieser Flächen eine enorme Tragkraft für künftige Generationen hat.

Nach Jahren der unaushaltbaren Ignoranz zur Beantwortung der vermutlich wichtigsten Frage des Universums, hat sich die Pusteblume-Redaktion diesem Matrix-Problem angenommen –

Spezi oder Mate?

Um dieser essentiellen Frage auf den Grund zu gehen, sollte primär geklärt werden, was mit diesen Bezeichnungen überhaupt gemeint ist. Beginnen wir mit dem bräunlichen Zuckergetränk.

Spezi, die
Eine beliebte Getränkevariante aus dem deutschsprachigen Raum, die traditionell aus einer Mischung von Cola und Orangenlimonade besteht.
Und der Name? Kling ganz schön **spezi**ell. Neben den schlechten Witzen, die man mit diesem Wort reißen kann, kommt es eigentlich aus dem Bayrischen und bedeutet ‚Kumpel' oder eben ‚Spezel'.
Blickt man auf die Anfänge des Getränkes, mag man als ‚linksgrünversiffter' Mensch wohl überrascht drein schauen. Falls ihr gedacht habt, Paulaner hätte mit der Spezi angefangen, liegt ihr falsch.

Alles begann 1956, das Jahr, in dem die ‚Spezialabfüllung KM' (Kola-Misch) auf den Markt kam.
Die Brauerei Riegele hatte nicht mit der folgenden Beliebtheit gerechnet. In den 70ern mussten sie einen Markengetränke Verband gründen, um die Produktion auszulagern. 2018 kaufte dann Almdudler die Marke Spezi in Österreich, 2022 wurde die Rezeptur und das Design verändert. Also: ihr trinkt gar nicht „das Original", sondern die Österreicher waren mal wieder schneller.
Und wie kam es dann zur Paulaner Spezi? Was soll man sagen? Kurzgefasst: Moneten.
Hier startet alles im Jahre 1957. „Spezi" ist eigentlich ein geschützter Begriff der Brauerei Riegele.
1974 konnten sich die beiden Akteure für 10.000 DM allerdings auf eine vertragliche Vereinbarung einigen
Als 2022 dann ein wilder Rechtsstreit darüber entbrannte, ob dieser Name jetzt nun weiter genutzt werden dürfe oder nicht, blieb schlussendlich doch alles beim Alten.
Daher, liebe Kinder, könnt ihr heute nun immer noch eure Paulaner trinken, dankt dem Landgericht München |.
Dem Konzern ist das auch wichtig, denn der zehntgrößte Getränkehersteller Deutschlands möchte auch an seinem Erfolgskonzept festhalten. Allerdings nur in Deutschland. In den USA muss das Gebräu „Paulaner Sunset" heißen.

(Kleiner FuNfAcT: Paulaner hat auch Mio Mio verklagt, da das Mischgetränk wohl zu ähnliche Farben auf dem Etikett gehabt habe, wodurch 2025 alle bereits produzierten Flaschen mit diesem Logo vernichtet werden mussten)

Da wir schon bei der Bedeutung sind, hier noch andere lustige, deutsche Betitelungen:
Gwasch, Mexi(kaner), Fernsehwasser, Kalter Kaffee, Moorwasser, Altrhein-Schoppen, Diesel... da
sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt.
Aus Gründen der Einfachheit wird sich im Folgenden auf die Spezi von Paulaner bezogen. Dazu
möchte ich aber betonen, gern auch das Original mal zu kosten. Unter Berücksichtigung der Historie ist es einen Versuch wert, möchte man meinen!
Schauen wir uns nun die Bestandteile an:
Neben den klassischen Zutaten wie Stabilisatoren, Zitronensäure und Antioxidationsmittel sind natürlich Wasser und Zucker ganz oben zu finden. Etwas O-Saft, etwas Zitronensaft, Extrakte und der Farbstoff E 150d sowie Aromen sind ebenfalls enthalten. Der Farbstoff ist Zuckercouleur, der in vielen Bereichen der Lebensmittelindustrie verwendet wird. So weit, so künstlich.
Aber die meisten von uns sind sich vermutlich bewusst, dass sie da keine Superfood-Bombe zu sich nehmen, wenn sie Spezi trinken.
Was macht Spezi nun besonders?
Konsumenten berichten von der Praktibilität, wenn man unterwegs ist. Die Mischung aus Zucker und Koffein, gibt einem den perfekten Energie-Schub nach einem langen Tag.

Text von Noa W.



Das ist auch der Grund, warum man auf Almen oft Spezi bestellen kann.
Das Getränk kann man prima mitnehmen, da es teilweise auch in Dosen oder Plastikflaschen verkauft wird, was gewichtsmäßig ein riesiger Vorteil ist.
Konsumenten berichten von der „perfekten Balance aus Süße und Säure“
Man kann sogar noch eine einzigartige Erfahrung gratis dazu bekommen, indem man sich seine Spezi gleich selbst mischt, mit den Limonaden und Colas seiner Wahl.
Dennoch sollte man aufpassen, gerade der hohe Zuckergehalt kann bei extremeren Bedingungen wie hohen Temperaturen oder vermehrter Aktivität natürlich zu einem hohen Peak im Blutzucker
führen, der dann rasant abfällt. In der Kombination mit dem Koffein kann das natürlich doppelt aufputschend wirken.
Spezi hat etwas Bodenständiges, beinahe Kindliches an sich. Die Süße, die Energie, die man gewinnt, das quitschbunte Logo, all das weckt vielleicht Nostalgie-Gefühle von locker-leichten Pizza-Filmabenden mit der Familie oder Freunden. Es gleicht den salzigen Geschmack wieder
aus und löscht den Durst unseres mit Natrium-Salzen überladenen Körpers.
Spezi trinken lässt Jugendherzen höher schlagen. Denn Energy-Drinks dürfen sie vielleicht noch nicht, aber Spezi schon.
Oder sie entscheiden sich bewusst für dieses Getränk, um sich anders zu fühlen.

Aber es gibt auch noch eine andere Alternative:

Mate, der, die, das
Bezeichnet umgangssprachlich ein koffeinhaltiges, alkoholfreies Erfrischungsgetränk auf Mate-Basis. Bezeichnet eigentlich ein Aufgussgetränk aus den Blättern des Mate Strauches

Wie, die Mate wurde nicht in Berlin erfunden?!
Wie, Mate ist eigentlich ein Tee-Getränk?

In der Tat ist das, was ihr denkt zu kennen, eigentlich etwas ganz anderes. Aber von vorn:
Schon weit bevor die Europäer auf den Geschmack kamen, tranken die Ureinwohner
Südamerikas reichlich Mate-Tee. Das Wort mati bezeichnete eigentlich die Kalebasse, aus der
man das ganze trank. Regional unterschieden sich die Bezeichnungen von erva-mate bis zu
hierba oder verba.
Irgendwann kam dann der Spanier Pedo de Mendoza Ende des 16. Jahrhunderts auf den Geschmack. Er bezeichnete es als „aufmunterndes Getränk der Inios“
Die Jesuiten (Mitglieder eines Ordens in der katholischen Kirche) begannen dann intensiveren Anbau in Paraguy, wodurch sie ein Handelsmonopol etablierten, das bis ins 18. Jh anhielt.

Und wie wurde daraus nun Club Mate?
Der Spaß fing 1924 an, als die ‚Sekt-Bronte‘ von der Mate Industrie GmbH Bad Köstritz produziert wurde.
In den 50er Jahren wurde das Getränk dann umbenannt in ‚Club-Mate‘.
Der Bekanntheitsgrad stieg aber erst in den 90ern, als die Firma Loscher die Produktion übernahm. Langsam, aber sicher etablierte sich das Getränk in der Party- und Festivalszene. Heute ist es Kult in Universitätsstädten und unter Hackern und ‘Hipstern’

Fotos von ruhr24.de; Lucy, Text von Noa W.

Wikipedia: ein Milieu, dessen Angehörige ihrem Szenebewusstsein - in Abgrenzung zur Massenkultur - extravagant, nicht selten ironisch, Ausdruck verleihen ;)

Funfact: (Jetzt aber wirklich!) 2011 gab es einen Lieferengpass, aufgrund fehlender Pfandflaschen. Die Folge war die Selbsthilfegruppe ‚Matecalypse now' auf Facebook.

Schaut man auf die Inhaltsstoffe kann man erkennen, dass in 100ml auch nur 0,4g Mate-Extrakt enthalten ist. Und das ist keine Irreführung, @Verbraucherschutz?
Aus dem gleichen Grund muss das Koffein wohl noch hinzugefügt werden. Den Geschmack bekommt das Getränk wohl auch durch den karamellisierten Zuckersirup, das hat also gar nicht mehr so viel mit der Mate-Pflanze zu tun.
Aber warum nun dieses gelbe Getränk trinken, das aussehe, wie ‚Kippenwasser'?
Viele Leute betonen die kulturelle Bedeutung von Mate, der Fakt, dass man sich zugehörig fühle. Dadurch stärkt es das Gruppengefühl so gen. 'linksgrünversiffter' Menschen und spezifisch das von FÖJis.
Außerdem beinhaltet es noch mehr Koffein (20mg/100ml), was einer halben Tasse Filterkaffee entspricht. Für den Wach-Kick (oder die Bundessprechi-Wahl) also lieber zur Mate greifen.
Der Zuckergehalt ist nur ca. halb so hoch, wie der von Spezi, was für den Blutzucker natürlich ebenfalls von Vorteil ist, es sei denn, man ist unterzuckert.
Der Geschmack ist einmalig.
Zeugenberichten zufolge, müsse man sich (ähnlich wie bei Kaffee) erst daran gewöhnen und es ein paar Mal konsumiert haben.
Das Mate-Logo und die Flasche auf Tasche in der Baggy-Jeans strahlen wohl auch den gewissen Swag aus. Insbesondere, wenn man in Berlin umherläuft. Denn, wie kein anderes Getränk steht Club-Mate für Berlin und seine linke Szene.
Im gleichen Zuge erwartet einen dann allerdings auch die Realität der Studis: ohne Mate, rote Karte. Koffeinabhängigkeit werden durch solch eine Limo natürlich noch weiter begünstigt.

Weiterführend - auf Basis rEpRäSeNtAtIvER Umfragen zur Frage ‚Spezi oder Mate?' unter ca. 10 Menschen, ergaben sich folgende Meinungen:

„Spezi trinkt man, wenn man sich zwischen Cola und Fanta nicht entscheiden kann" - Mandy W., (Versicherungsangestellte)

„Auf jeden Fall Spezi - Mate schmeckt nach Kippenstummel" - Ela U. (Studentin)

„Ich finde, es kommt auf den Anlass an"
(Elias K. - BuFDi)

„Vallah Spezi ist geiler

~Weil es fruchtig und nicht nach Kippenwasser schmeckt,"

„Man kann sich Spezi ganz einfach selbst mischen, das Verhältnis selber entscheiden"

„Fast jeder trinkt Spezi"
Man kann sie somit besser teilen, weil Mate nur sehr wenige Leute mögen."

„Club Mate und so sind - soweit ich weiß - nicht mal so richtig richtig Mate jaja"
Hanna E. (FÖJi)

„Der Spezi-Trinker ist ein Teenie der sich wie ein Gangster fühlt, wenn er mal ne Spezi dabei hat."

„Der Mate-Typ ist ein Kreuzberger Student, der konstant high ist und das Koffein der Mate zum Surviven braucht."

„Ich wähle am ehesten Kräuterbrause"
Anna B. (FÖJi)



Foto von report24.net, Text von Noa W.

Nun lässt sich evaluieren, dass Spezi und Mate unter einem Deckmantel existieren.
Die Paulaner ist nicht so original, wie die meisten Menschen wohl dachten, denn der Ursprung kommt aus Bayern bzw. heute Österreich und wird von Spezi vertrieben, die heute Almdudler gehören, die auch Kräuterbrause* (!) herstellen. Es ging um Recht, Geld und einen Namen.
Zusätzlich ist Mate gar keine wahre Mate, worauf Hanna E. ebenfalls anspielte. Das Getränk hat nur noch wenig mit dem Tee zutun, der in Südamerika getrunken wird.
Um sich also gastronomisch-kulturell zu bilden, würde ich eine Empfehlung aussprechen, Mate-Tee zu kosten.
Außerdem gibt es neben der Club Mate auch die Mio Mio-Mate oder die Charitea Mate, oder oder oder..., auf die sich hier gar nicht bezogen wurde.
Anlassbezogen können Mate und Spezi die individuell beste Wahl sein. Wobei sich nach den Umfragen Spezi klar weiter vorne bewegt.
Vielleicht ist es aber auch sinnvoll, einfach mal komplett umzusatteln und Fassbrause, Kräuterbrause oder sogar Weihnachtsbrause, wie den schwedischen Julmust zu trinken. Da ist zwar kein Koffein enthalten, allerdings ist der Energie-Kick durch den Zucker gegeben und es unterstützt die Rezeptoren nicht beim Aufbau einer Abhängigkeit.
Egal, wofür man sich schlussendlich entscheidet: Die Dosis macht das Gift, also genießt eure Limos in Maßen.
Cheers





Beispieldarstellung: Die Auswirkungen von Weichgetränken auf junge Menschen

*Zufall? Ich glaube nicht!

Musik - heute schlechter als früher?

Immer wieder hört man Sätze wie „Heutige Musik ist nur noch Schrott“ oder „Früher gab es noch echte Musik“. Und eine Zeit lang hätte ich solche Aussagen vielleicht auch supportet. Doch in letzter Zeit ist mir bewusst geworden,
warum diese Aussagen aus mehreren Gründen falsch sind.
Zunächst ist Musik Kunst, und Kunst ist subjektiv, liegt im Auge des Betrachters, bzw. in diesem Falle des Hörers oder der Hörerin. Von daher lässt sie sich überhaupt nicht objektiv auf ihre Qualität untersuchen. Was also
meint ein Mensch, wenn er sagt, Musik sei schlecht? Er meint natürlich, dass sie ihm persönlich nicht gefällt. Im Gegensatz zu anderer Musik, die seiner Meinung nach besser ist. Wenn also ein älterer Mensch heute sein Radio einschaltet und dort auf einem Sender Taylor Swift läuft, auf dem nächsten Bad Bunny und auf einem weiteren Sabrina Carpenter, dann schaltet er vielleicht genervt das Radio aus und erinnert sich wehmütig an seine Jugend, in der im Radio Guns´n Roses, AC/DC oder The Smiths liefen. Nun mag sich dieser Mensch über die Redaktion der Radiosender aufregen, doch dabei ist ihm ein Detail nicht bewusst. Ein Rollenwechsel hat stattgefunden, so schleichend, dass er selbst ihn kaum bemerkt hat. In seiner Jugend hörte er glücklich seine Lieblingsmusik, während seine Eltern sich an ihre Jugend erinnern, in der noch die Beatles, die Animals und die Doors im Radio liefen. Was ihnen nicht
bewusst war, ist, dass ihre Eltern währenddessen genauso über diese Musik aufregten. Es gab immer Menschen, die der Musik ihrer Zeit hinterhertrauern, und es wird sie immer geben.
Doch soll man sich damit jetzt zufriedengeben? Einfach abschließen und der Lieblingsmusik Lebewohl sagen? Natürlich nicht. Abgesehen davon, dass es in Zeiten von Spotify und Co. so einfach wie nie ist, jede Musik der Welt an jedem Ort der Welt zu hören, verschwindet ein Musikgenre nicht einfach. Es „versteckt“ sich bloß. Es gibt heute die größte Nachfrage nach Popmusik wie Taylor Swift, von daher läuft größtenteils solche in den Medien. Doch die Rockmusik ist weiterhin lebendig. Zum einen sind viele Bands von „damals“ auch heute noch aktiv: Sowohl Guns´n Roses als auch AC/DC gehen weiterhin auf Tour, Paul McCartney hat in diesem Jahr genau wie die Rolling Stones ein neues Album veröffentlicht, und Bob Dylan kommt noch diesen Herbst nach Deutschland. Zum Anderen gibt es unzählige neue Rockbands, die es nur nicht mehr an die Spitze der Charts schaffen, weil der Fokus der breiten Öffentlichkeit nun mal
woanders liegt. The Royston Club, Fontaines D.C., Geese, Westside Cowboy, overpass; das sind nur ein paar wenige der großartigen jungen Bands, die jedem Rockfan zu empfehlen sind.
Wer also mit der Musik im Radio nicht zufrieden ist, muss sich einfach bewusst sein, dass man selbst nicht allein die Zielgruppe bildet. Stattdessen muss man dann eben ein wenig suchen, doch wer sich dabei genug Mühe gibt, wird auch
gute Musik finden. Denn der Mensch wird niemals aufhören, Musik zu machen, und das ist auch gut so.

Text von Juri Stausberg

Bunte Eindrücke

aus dem Botanischen Garten in Greifswald



Hübsche Blüten



Hängender Roseneibisch



Zigarettenblümchen



Opuntia elatior

Text und Fotos von Fanny Marzolff

Tierische Begegnungen



Nashornkäferlarve:
Sie leben ca. 3 Jahre als 10 cm große Larve, verpuppen sich in einem hühnereigroßen Kokon und haben dann ca. 4 Wochen Zeit, sich als ausgewachsener Käfer zu paaren und Eier zu legen, bevor sie sterben

Wasserfrosch:
Sie wohnen im Seerosenteich beim Alpinum, sitzen bei sonnigem Wetter gerne im nassen Torfmoos und quarken um die Wette.



Amselnest:
Ein Amselpaar hat sich ausgerechnet die exotische Keulenlilie im Inneren des Gewächshauses für ein Nest ausgesucht und versorgt seine Küken über ein quietschendes Fenster im Glashausdach.



Wasserpflanzen



Amazonas-Riesenseerose:
Blattdurchmesser bis zu 3m, kann das Gewicht eines Kleinkindes tragen

Seerose



noch mehr spannende Pflanzen



Strelitzie:
Praradiesvogel-blume, benannt nach der britischen Königin Sophie Charlotte, geborene Prinzessin von Mecklenburg-Strelitz



Disocactus ackermannii



Aristolochia:
Die Blüten stinken richtig übel und ahmen somit verrottetes Fleisch nach, um Insekten anzulocken.



Wildbanane:
Runterhängende Blüte. Die Früchte bestehen mehr aus Kernen als aus Fruchtfleisch, weshalb sie nicht so genießbar sind, wie Kulturbananen.

Querschnitt des Stamms



Text und Fotos von Fanny M.

Alles mit Apfel



Foto von Finn R., halb volle Apfelkiste

Auch im tiefsten Winter bleiben uns mit Äpfeln die Erinnerungen an goldene Herbsttage. Auch so einige FÖJler*innen haben in diesem Herbst bei der Apfelernte geholfen. Was wochenlange Arbeit auf den Streuobstwiesen bewirken kann, sowie leckere Rezepte mit Äpfeln findet ihr auf den nächsten Seiten!

Gedicht: Apfelpsychose

Ein Apfel grün
Der andere rot
Mit jedem Apfel
Eine Gehirnzelle tot

Ist er braun
Oder schaut ein Wurm dich an
Wirf ihn davon
Verschwende keine Zeit daran

Ein guter Apfel
Der kommt in die Kiste hinein
Niemals werfen, sondern legen!
Sonst wirst du nicht mehr lange bei uns sein

Trag die Kiste
Durch das Gras zum Auto hin
Leer sie aus mit Vorsicht
Sonst hat es alles keinen Sinn

Ein fauler Apfel
trifft dein Gesicht
Wirf einen zurück
Und Ärger dich nicht

Ist alles Faule beseitigt
Und der Boden endlich frei
Atmen wir auf
Und holen nun das Netz herbei

Einen stell'n wir in den Baum
Und schon zittert jeder Ast
Äpfel regnen auf uns nieder
Und wir sammeln sie mit Hast

Kiste um Kiste
Bringt uns näher an das Ziel
Hunderte Kilos
Sind uns noch lange nicht zu viel

Bald sind Äpfel alles
Was du vor deinen Augen siehst
Die Äpfel sind um dich
Ob du bleibst oder fliehst

Iss einen Apfel
Nimm noch vier mehr dazu
Die Äpfel sind alles
Lass nichts anderes zu

Trink Apfelsaft in Massen
Fühl seine Kraft
Dein ganzes Leben
Widme diesem Saft!



Text und Foto von Finn R.

Bratapfel-Marmelade & Apfelpunsch

~ 70g Zucker in eine Pfanne geben und karamellisieren lassen

~ 120g Walnüsse hinzugeben und bei niedriger Hitze ca. 5 Minuten rühren, dann aus der Pfanne auf Backpapier schütten und beim abkühlen zerkleinern





Alles verkochen lassen bis die Apfelstücke z.T. sehr weich aber noch sichtbar sind

Gelierprobe durchführen, wenn die Masse nicht mehr zu flüssig ist Walnüsse hinzugeben und in Marmeladengläser Abfüllen

Tipp: Es können auch andere Nüsse z.B. Mandeln oder auch Rosinen hinzugefügt werden



1200 g Äpfel schälen und in kleine Würfel schneiden, in die Pfanne mit Karamellresten geben und ca. 5 Minuten unter Wenden leicht rösten

200ml Apfelsaft, 500g Gelierzucker (1:1), Saft einer Zitrone sowie 2-4 Teelöffel Weihnachtsgewürze (Zimt, Spekulatiusgewürz, ...) hinzufügen

Optional auch 1/2 Teelöffel Kurkuma (sorgt für Farbe)





Version 1 (aufwendiger)

Zutaten:
1-3 Liter Apfelsaft
1 Bio Orange
1-2 Zimtstangen
ca. 1 TL ganze Nelken
1-2 ganze Sternanis

Apfelsaft in einen großen Topf geben und erhitzen (evtl. etwas mit Wasser verdünnen)
alle Gewürze hinzugeben
Orange auspressen und Saft in den Topf gießen
Schale der Orange ebenfalls in den Topf geben
Das Ganze eine Weile bei mittlerer bis niedriger Stufe köcheln lassen
Vor dem Servieren durch ein Sieb gießen



Version 2 (sehr einfach)

Gewünschte Menge Apfelsaft (+ evtl. Orangensaft) erwärmen
weihnachtliche Gewürzmischung (z.B. Spekulatiusgewürz, Zimt, Nelken, Kardamom,...) hinzugeben und servieren

Text und Fotos von Finn R.

Bratapfel mit Vanillesauce



Zutaten:

Äpfel (z.B. Boskoop/ Elstar)

gemahlene Haselnüsse/ Mandeln

Zucker

etwas Butter

Vanillesauce

Zubereitung:

Die Äpfel schälen und die Kerne ausstechen.

Die gemahlenen Haselnüsse oder Mandeln mit etwa der gleichen Menge an Zucker mischen und die Äpfel damit auffüllen.

Die Äpfel mit Butter einpinseln und eine Flocke Butter oben drauflegen.

Anschließend die Äpfel für ca. 30 Min. bei180°C in den Backofen stellen, bis sie weich sind.

Die Vanillesauce in einem Topf erwärmen und beides warm genießen.

Text und Foto von Mareike Albrecht

Tierisches



Foto von Kim, Stadtmöwen über grauem Wasser



Foto von Franziska,
Schafe auf der Weide



Foto von Finn R.,
neugierige Meise am selbstgebauten Futterspender

Tiere im Winter

Wie sie die Kälte überstehen und wie wir ihnen helfen können

Wenn die Tage kürzer werden und wir es uns im Warmen gemütlich machen, suchen sich auch die Tiere einen Unterschlupf, um die kalte Jahreszeit zu überstehen. Dafür haben sie unterschiedlichste Strategien entwickelt.
Um bei Kälte zu überleben, setzen sie ihren Energiebedarf stark herab und halten Winterruhe, Winterschlaf oder verfallen in Winterstarre. Diese Überwinterungsstrategien werden weniger durch die kälteren Temperaturen oder das geringe Nahrungsangebot beeinflusst. Der Biorhythmus, die hormonellen Veränderungen und die kürzere Tageslänge haben hingegen einen großen Einfluss.
Im Winter stehen viele Tiere, wie der Igel, das Eichhörnchen oder die Fledermaus, vor Herausforderungen. Die niedrigen Temperaturen, Schneefall und die Bildung von Eis beeinträchtigen die Nahrungssuche.
Wenn die oberen Bodenschichten von Schnee bedeckt sind, gelangen beispielsweise Eichhörnchen nicht mehr an ihre im Boden vergrabenen Vorräte.

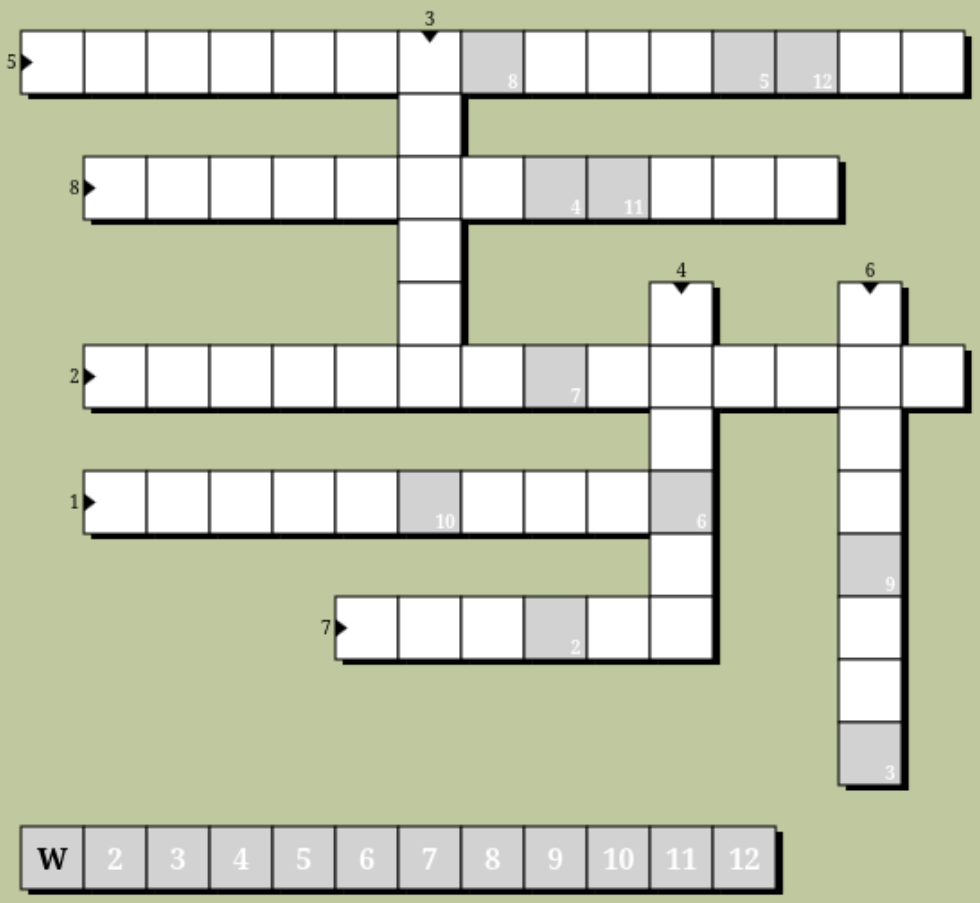
Der Mensch selbst macht es den Tieren auch nicht immer leicht.

“Durch die menschengemachte Zerstörung von Lebensräumen finden die Tiere nur schwer einen Unterschlupf”

Außerdem können Salze und Chemikalien, die zum Abtauen des Eises auf der Straße genutzt werden, gesundheitliche Auswirkungen auf die Tiere haben.
Wer den Tieren im Winter etwas Gutes tun möchte, hat viele Möglichkeiten. Das Bereitlegen von Nüssen, Zapfen oder Samen kann ihnen unter Umständen das Leben retten. Aber auch menschengemachte Behausungen, wie Nistkästen, helfen vielen Vögeln durch den Winter. Viele Vögel machen es sich in diesen, umgeben von Stroh, Heu, Haaren und Wolle, gemütlich. Daher gilt: Nistkästen in der Winterzeit nicht säubern.



Rätsel – Tiere im Winter



W	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Erstellt mit XWords - dem kostenlosen Online-Kreuzworträtsel-Generator
https://www.xwords-generator.de/de

1. Welches Tier hält den längsten Winterschlaf?
2. Anstatt Winterschlaf zu halten legen Eichhörnchen im Herbst ... an.
3. Die Haselmaus hält bis zu ... Monate Winterschlaf.
4. Neben Haselnüssen essen Haselmäuse auch gerne Knospen, Blüten und ...
5. Eine alte Bauernregel besagt „Ist der ... nass, regnet`s ohne Unterlass"
6. Bei der Geburt besitzen Igel rund 100 ...
7. Der Zwergschnäpper ist ein Zugvogel und zieht bevor der Winter beginnt nach ...
8. Viele Tiere, die ihre Körpertemperatur nicht selbst regulieren können, fallen im Winter in eine ...

Die Welt durch Wildtieraugen

Ein FÖJ-Projekt auf der Wildtierstation

Leise raschelt es in der Transportbox. Ein dürres Lebewesen zwischen Zeitung und Laub, voll mit Parasiten. Für viele Wildtiere beginnt der Weg in die Wildtierstation genau so abgemagert, erschöpft und krank.

Es ist früh am Morgen, noch bevor der Alltag richtig begonnen hat. In der Box sitzt ein Igel, zusammengerollt und ausgelaugt. Jemand hat ihn am Wegesrand gefunden und zur Wildtierstation im Tierheim München gebracht. Dort habe ich dieses Jahr mein FÖJ abgeschlossen. Die Einsatzstelle versorgt verletzte, kranke oder verwaiste Wildtiere: viele Igel, Sing-, Raben- und Wasservögel, ab und zu auch Füchse und Marder. Es sind eigentlich immer Tiere, die durch Verkehr, Bebauung oder menschliche Eingriffe in Not geraten sind. Ziel ist es, sie zu stabilisieren, zu pflegen und wieder in die Freiheit zu entlassen – oder ihnen wenigstens weiteres Leid zu ersparen. Der Igel bekommt zunächst Ruhe, Wärme und Flüssigkeit. Er wird gewogen, untersucht und behandelt. Ob er es schafft, kann noch nicht mit Sicherheit gesagt werden – wie bei den meisten Pfleglingen. Nicht jedes Wildtier kann gerettet werden.

Auf diese Erfahrungen stützt sich mein FÖJ-Projekt mit dem Ziel, Wildtiere sichtbarer zu machen. Ich dokumentiere Geschehen auf der Wildtierstation ebenso wie Beobachtungen von Wildtieren in Freiheit und erzähle ihre Geschichten aus der Perspektive der Tiere selbst. Wie fühlt es sich an, auf der Reise in den Süden von schlechtem Wetter überwältigt zu werden? Wie ist es, plötzlich verletzt in unbekannten Händen zu liegen? Und was bedeutet Freiheit für ein Wildtier?

Diese Texte veröffentliche ich auf meinem Blog **Wildtierwunden.de** sowie auf Instagram unter **@wildtier.wunden**. Ziel ist es, neue Perspektiven zu eröffnen – denn wer hat sich jemals gefragt, wie die Amsel im Baum vor dem Küchenfenster wohl die Welt erlebt?

Wildtiere leben oft direkt vor unserer Haustür, bleiben aber meist unsichtbar und unnahbar.

Der Igel wird einige Wochen bleiben, vielleicht auch Monate. Vielleicht darf er bald wieder in die Freiheit zurückkehren. Vielleicht wird er auf der Station auch seine letzte Reise antreten.

Mein FÖJ in der Wildtierstation hat mir gezeigt: Es ist mehr als nur ein Jahr Freiwilligenarbeit und insbesondere das individuelle FÖJ-Projekt bietet die Chance, sich wirklich für etwas einzusetzen.



Text und Foto von Luna Molloy

Der Gewöhnliche Schweinswal -
Deutschlands einziger heimischer Wal

Wer an Wale denkt, hat meist gewaltige Blauwale oder Orcas vor Augen. Doch nur wenige wissen: Auch in Deutschland lebt ein Wal - klein, unsichtbar und stark bedroht. Der Schweinswal (Phocoena phocoena) ist die einzige heimische Walart in deutschen Gewässern. Und genau deshalb verdient er unsere Aufmerksamkeit.



Schweinswale sind die kleinsten Wale Europas. Mit einer Länge von etwa 1,5 bis 1,8 Meter und einem Gewicht von bis zu 60 Kilogramm wirken sie eher wie große Delfine. Anders als ihre bekannteren Verwandten sind sie jedoch sehr scheu. Sie springen selten aus dem Wasser und zeigen meist nur kurz ihre Rückenfloss (Finne) - ein Grund, warum viele Menschen sie noch nie bewusst gesehen haben. Sie sind meist einzeln oder in kleineren Gruppen unterwegs. Die Kleinen Tümmler nutzen Ultraschalllaute (Klicks) zur Orientierung, Jagd und Kommunikation. Sie senden Schallwellen über ein Organ (Melone) über den Oberkiefer aus, und nehmen das von Objekten zurückgeworfene Echo über Fettkanäle im Unterkiefer auf. Das Gehirn verarbeitet die Echos zu einem dreidimensionalen Abbild der Umgebung. Dieses gibt Auskunft über Entfernung, Größe und Form eines anvisierten Objektes sowie der Bewegungsrichtung der Beute.

In Deutschland kommen sie vor allem in der Nordsee und in Teilen der Ostsee vor. Besonders bedeutend ist die westliche Ostsee, die sogar als Kinderstube für diese Tiere gilt. Doch genau hier liegt das Problem.

Die Schweinswale in der zentralen Ostsee gehören zu den am stärksten bedrohten Walpopulationen weltweit. Zählungen gehen davon aus, dass nur noch ca. 500 Tiere (Stand 2022) existieren. Damit stehen sie kurz vor dem Aussterben.



Text von Stine W., Foto von Krzysztof E Skora Hel Marine Station, OnTheGoTours

Die Gründe dafür sind vielfältig und größtenteils menschengemacht. Die häufigste Todesursache liegt beim Beifang durch Fischernetze. Schweinswale verheddern sich in Stellnetzen und ertrinken, da sie regelmäßig zum Atmen an die Oberfläche müssen. Schiffsverkehr, Bau von Offshore-Windparks und militärische Aktivitäten stören die Echoortung. Überfischung reduziert die Verfügbarkeit ihrer Beute. Müll im Meer, Schadstoffe und Mikroplastik belasten ihre Gesundheit und schwächen somit ihr Immunsystem.

Was wir dagegen tun können:

- Nachhaltigen Fisch konsumieren und auf Fangmethoden achten - Meeresschutzgebiete stärken und deren Einhaltung einfordern

-Bewusstsein schaffen
-Politischen Druck erhöhen, damit strengere Schutzmaßnahmen umgesetzt werden

Schweinswale sind ein wichtiger Teil des marinen Ökosystems. Als Jäger kleiner Fische (z.B. Heringe, Sandgrundeln, Wittlinge, etc.) tragen sie zur Balance im Nahrungsnetz bei. Er lebt direkt vor unserer Haustür und doch bleibt er oft unsichtbar. Gerade deshalb ist es wichtig, ihn sichtbar zu machen. Als einzige heimische Walart Deutschlands steht er stellvertretend für den Zustand unserer Meere.



Text von Stine W., Foto von Andv Gilbert ORCA

Tierfotos



Foto von Kim Anh Drabe

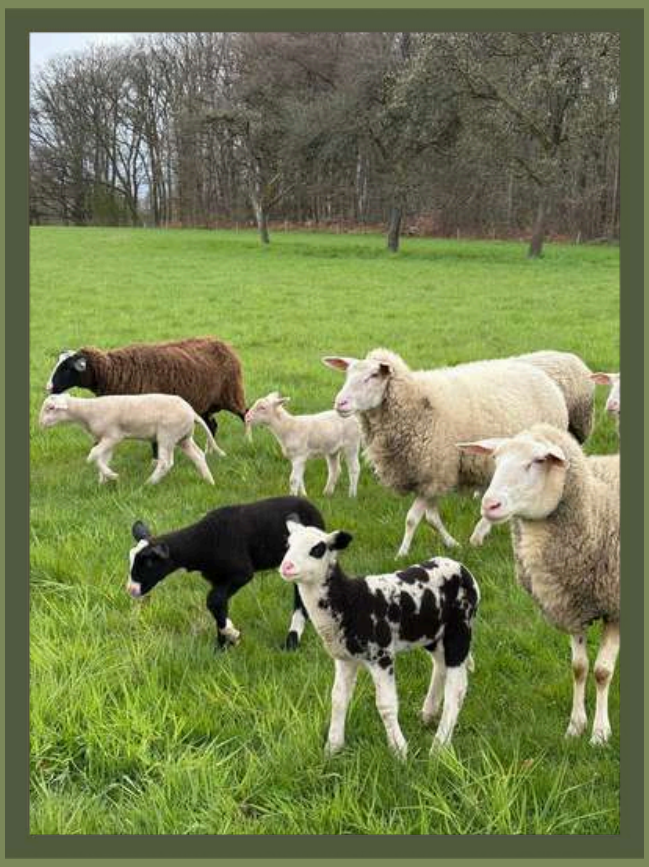


Foto von Maria S.



Foto von Theresa



Fotos von Lisi







Ich mag Schafe.
Diesmal dachte ich, ich schreibe einen Text über Schafe. Ich arbeite auf einem Schafshof, da ist das irgendwie logisch. Da ich mir unsicher war, worüber dieser Text denn en detail gehen sollte, kommt jetzt eine...

Anleitung für ein Schaf

1.Fütterung beachten! Schafe sindWeidetiere, logisch. Denkt man...
Zum größten Teil fressen sie raufaseriges Futter. Im Sommer Gräser, im Winter Heu. Zwischendurch sollte man auch Kraftfutter wie beispielsweise Hafer zufüttern, gerade im Winter, wenn es sowieso kein frisches Futter auf den Flächen gibt.
(und immer Mineralfutter und Salzleckstein bereitstellen)
Ab und an fressen sie auch mal gern Obst oder Gemüse oder knabbern an Ästen mancher Baumarten rum.

2. Schafe niemals allein halten. Ich weiß, dass oben ‚ein Schaf' steht, aber haltet sie bitte mindestens zu zweit. Die Tiere haben ein ausgeprägtes Sozialverständnis. Sie merken sich bis zu 20 menschliche Gesichter und reagieren sensibel auf Veränderungen ihrer Sozialstruktur (beispielsweise, wenn man Tiere aus der Herde nimmt). Aus diesem Grund sollte euer Schaf zumindest eine Ziege als Kumpel haben dürfen (hier ist Vorsicht geboten, denn manchmal boxen sie sich auch gegenseitig).

3. Der Pansen ist empfindlich! Gerade bei wählerischen Rassen wie dem Schwarzkopfschaf sollte man immer saubere Tröge bereitstellen und Trinkwasser geben.

4.Giftiges Zeug... Schafe sind recht intelligent und fressen für sie giftige Pflanzen normalerweise nicht. Dennoch kann es zwischendurch passieren. Aus diesem Grund ist Aufmerksamkeit erforderlich. Sammelt Jakobskreuzkraut von den Wiesen und achtet darauf, dass möglichst wenig Eiben, Ahorn, Buchen, Eichen, Holunder oder Nussbäume auf den Flächen stehen. (Passt auch bei auf, wenn sie von einer mageren Trockenwiese direktaufeinereichhaltige(z.B. Luzerne-) Fläche kommen (oder umgekehrt),
könnten sie eine Pansenazidose erleiden.)
Normalerweise rühren sie Giftiges nicht an, falls doch, könnte das ein Zeichen sein, dass sie zu wenig Futter haben. Auch aufpassen solltet ihr bei: Brot, Milchprodukten, Nachtschattengewächsen, Rhabarber, Steinobst, Zitrusfrüchten, Zwiebelgewächsen. Das lieber ganz von Weide und Stall fernhalten.

5. Die ‚richtige' Rasse: Zwischen Merino, Skudden, Schwarzkopf und Pommerschen Schaf gibt es viele Eigenheiten. Wie wählt man da die richtige und wie unterscheiden sich diese grob? Man sollte sich fragen, wofür man sich die Schafe anschafft. Es gibt Rassen, die für die Fleischproduktion gezüchtet werden. Es gibt Milchschafe, Wollschafe und Landschaftspfleger, auch spielt der Standort eine Rolle. Neben dem Fraß-Verhalten unterscheiden sie sich oft auch in Größe, Aussehen und Flucht-Distanz (also, wie zutraulich sie Menschen gegenüber sind). Auch die Haltungs-Anforderungen sind individuell.

6.Weidemanagement? Bezogen auf Koppelhaltung: Je nachdem, wie viele Schafe man hat, ist ein ausgeklügeltes Weidemanagement sehr wichtig. Weide-was? Fragt man sich jetzt vielleicht. Bei Wiederkäuern ist es nie verkehrt, mehrere Flächen zur Verfügung zur haben. Das ist dem Boden ebenso dienlich wie den Tieren selbst. Es verhindert Überweidung und ermöglicht den Gräsern wieder nachzuwachsen, damit man im Sommer nicht zufüttern muss. Dazu sollte man sich mit (mobilen) Zäunen unterschiedlich große Flächen im Rotationszyklus abstecken und mit den Schafen alle paar Tage (je nach Herden- und Flächengröße auch längere Abstände möglich) die Flächen wechseln.

7.Wolfsschutz: For real?! Ja, auch, wenn das vielleicht ein nerviges Thema ist, so gibt es Regionen in Deutschland, die sehr durch den Wolf beeinflusst sind. Welche Möglichkeiten habe ich also nun, um meine
Schafe zu schützen? Dennoch sollte man Vorsichtsmaßnahmen ergreifen. Die einfachste Möglichkeit sind wohl mobile Elektrozäune. Zwischen 90cm und 1,20m groß, kann man sie auf- und abbauen und an eine Batterie anschließen. Teilweise geht das sogar mit Fernbedienungen und Solartechnik. Also: Zaun check? Prima.
Wenn man Schäfer werden will oder bereits ist, könnte man sich natürlich noch Herdenschutzhunde anschaffen.

Übrigens: der Unterschied zwischen Schäfern und Schafhaltern ist, dass man den Berufs des Schäfers in einer Ausbildung lernen kann. Alle, die Schafe halten, sind Schafhalter, aber nicht automatisch Schäfer.

Diese Hunde werden zwar manchmal vom Land gefördert, sind allerdings in Pflege und Unterhalt doch alles andere als easy peasy. Nicht jeder Hund eignet sich hierzu und man sollte sich vorher gut informieren, falls man sich dazu entscheidet. (Hunde sind natürlich trotzdem eine supercoole Sache z.B. auch beim)

8.Flächenwechsel: Also, da gibt es verschiedene Möglichkeiten. Du kannst es natürlich auf die coole, chillguy Variante machen und dir einen Hütehund anschaffen. Das wird dann entsprechend weniger chillig, wenn du ihn selbst ausbildest (da ist viel Expertise notwendig). Hund und Schafe müssen sich auch erst mal kennenlernen und aneinander gewöhnen, dann kann einem so ein Haustier aber viel Arbeit erleichtern. Gerade wenn man, wie wir, über hundert Tiere hat.
Falls ihr aber, wie ich vermute, nur ein paar Schafe wollt, lohnt sich das natürlich weniger.



Dann herzlichen Glückwunsch: Ihr seid der Hütehund für eure Schafe.
Ihr könnt natürlich einfach immer Zäune aufbauen, wenn ihr die Flächen wechselt und die Tiere rennen lassen... meistens endet das aber im Chaos, insbesondere, wenn Tiere den falschen Weg nehmen (evtl. spreche ich auch hier aus Erfahrung...).
Also mein Tipp: Treibeweg mit Zäunen: Yes, wenn's geht voll fein. Aber bringt euren Schafen bei, hinter euch zu bleiben, wenn ihr umzieht! Wenn man das von Anfang an macht, kann der Flächenwechsel recht entspannt sein. Auch über Straßen.

9.Wie halte ich denn meine Tiere? Stall, Offenstall, Weide... je nach Rasse, gibt es unterschiedliche Ansprüche. Manche Tiere kann man ganzjährig draußen halten, andere nur im Sommer. Manche treiben ihre Tiere nachts immer in den Stall, andere nicht. Probiert, was euch möglich ist und passt es auch an eure Schafsrasse an. Grundsätzlich gilt: auch bei längerer Stallhaltung sollten die Tiere Bewegungsmöglichkeiten haben und nicht eingepfercht sein. Auf den Weide-Flächen sollte Aufwuchs möglich sein, wenn ihr den Futterbedarf mit Gräsern decken wollt (was für Wiederkäuer am gesündesten ist). Achtet auch auf genügend Schattenspender auf den Wiesen und natürlichen Windschutz (insb. Im Winter oder nach der Schur).

10.Schafe scheren, wie denn das? Tatsache, es gibt auch Rassen, die nicht geschoren werden müssen. Das ist natürlich am einfachsten. Ansonsten: ruft gerade am Anfang lieber einen erfahrenen Schaf-Scherer, um es den Tieren möglichst schnell zu ermöglichen, wieder ihrem normalen Trott nachzukommen. Am besten ihr schert nicht in der Trächtigkeit oder während der Ablammungszeit
Dabei gilt: Ihr stellt am besten Horden auf oder treibt die Tiere in den Stall, um einen möglichst flüssigen Ablauf zu ermöglichen. Bitte übt vorher mit euren Tieren, sie einzufangen und macht es nicht ‚einfach so'.



11.Meist schnappt man sich ein Hinterbein knapp über dem Gelenk, greift dann an den Kopf und setzt es auf den Hintern. Schafe bleiben in dieser Position meist recht ruhig. Dann kommt der Schaf-Scherer oder ihr setzt den Rasierer an und geht vorsichtig an der Haut entlang (dazu gibt es auch Bücher, die das intensiver erklären). Greift am besten nicht in die Wolle zum Einfangen der Schafe (insbesondere, wenn diese noch geschlachtet werden), da dies Blutergüsse erzeugen kann.

12.Ich möchte Lämmchen! Und jetzt? Diese Prozedur beginnt damit, indem ihr euch einen Schafsbock leiht, um eure Auen (also die weiblichen Tiere) decken zu lassen. Ihr könnt natürlich auch einen kaufen, aber braucht dann mehrere männliche Tiere, die ihr behaltet, damit er nicht allein ist. Wenn ihr sichergestellt habt, dass ihr keine zu jungen oder zu alten Tiere mehr in der zu deckenden Herde habt, geht es weiter. Und wann lasse ich sie decken? Das ist eine große, philosophische Frage... okay, nein, aber es gibt verschiedene Faktoren für unterschiedliche Zeitpunkte. Die sogenannten saisonalen und asaisonalen Brunstzyklen unterscheiden sich - je nach Rasse. Es ist also immer eine individuelle Entscheidung. Ich erkläre euch mal, wie es bei uns war. Wir ließen unsere Herde im Dezember und Januar decken. Dies hatte den Vorteil, dass sie
– nach Plan – im Mai ablammen. Vorher war unsere Schafsschur vorgesehen. Diese ist ohne Lämmer deutlich entspannter. Denkt daran, den Bock wieder früh genug aus der Herde zu entfernen, damit sich der Zeitpunkt der Ablammung nicht Monate zieht.

Die Lämmchen kommen! In dieser Zeit ist es wichtig, die Herde täglich in Augenschein zu nehmen und auch
in verwinkelten Teilen der Weide intensiv nachzusehen. Häufig bekommen die Schafe die Geburt allein hin. Es könnte sein, dass man Geburtshilfe leisten muss, wenn die Geburt zu lang dauert oder das Lämmchen falsch liegt (also der Kopf zu erst kommt). Wichtige Prädatoren: Passt auf die Kolkraben auf! Kolkraben neigen
dazu, sehr jungen Lämmern die Augen auszupicken, wodurch sie qualvoll sterben. Auen dürfen in dieser Zeit nicht zu viel Stress haben und sollten gut genährt sein, um einen reibungslosen Ablauf zu ermöglichen.
Wenn die Tiere groß genug sind, müsst ihr ebenfalls die männlichen Tiere früh genug trennen oder kastrieren lassen, um Inzucht zu vermeiden.

13.Und zu guter Letzt: Bildet euch weiter! Kauft euch vielleicht noch ein paar Bücher, sprecht mit Schafshaltern, besucht Lehrgänge... Es gibt viele Aspekte, die man sich über bestimmte Tierarten aneignen kann. Bleibt offen für neue Informationen, networked, recherchiert... und dann: probiert es aus! Sucht euch auch jemanden, den ihr mal um Hilfe beten könnt, falls ihr nicht weiterwisst. (Bitte seid euch immer eurer Verantwortung über (Haus- und Weide-)-Tiere bewusst und schätzt euch selbst richtig ein.)

P.S. mein Insider-Tipp: Zähmt euch ein Schaf! Nehmt am besten immer lecker Futti in der Hosentasche mit, dann seid ihr bald ein guter Buddy für euer Favourite Schaf. Bei Auen braucht man manchmal etwas Geduld... aber, wenn ihr diese mitbringt, könnt ihr euer Schaf vielleicht sogar mit einem Halfter spazieren führen!
Schafe sind total faszinierende, erdende, soziale und entspannte Tiere. Egal wie: Schafsgesellschaft tut gut.

More sheep for the people!





Das Nordische Schaf oft still und brav
Hat auch öfter Wind-Bedarf
Im Frühling, wenn dann die Blümchen kommen
Fangen auch die Schafe an zu wollen



Text und Fotos von Lias





Seevogelkolonie am Eidersperrwerk

Direkt an einer Seevogelkolonie stehen, zwischen hunderten Möwen und Seeschwalben? Genau das ist am Eidersperrwerk möglich! Aufgrund der Nähe zu meiner Einsatzstelle, war ich seit diesem Frühjahr regelmäßig vor Ort und konnte spannende Beobachtungen machen.



Anfang der 70er erbaut, dient das Eidersperrwerk eigentlich dem Sturmflutschutz und trennt die Eidermündung von der Nordsee ab. Genau an diesem menschengemachten Ort hat sich eine große Kolonie entwickelt, in der Lach- Silber- und Schwarzkopfmöwen sowie Fluss- und Küstenseeschwalben brüten: Insgesamt ca. 2400 Brutpaare, davon allein 2000 Brutpaare Lachmöwen.



Hier werden die schon recht großen Lachmöwenküken gefüttert, dabei würgen die Altvögel Nahrung hervor, die dann von den Küken aufgenommen wird.



Adulte Lachmöwe im Prachtkleid mit brauner "Kapuze". Im März waren sie die ersten, die in der Kolonie ankamen: Die später ankommenden Seeschwalben müssen sich mit den übrig gebliebenen Brutplätzen zufrieden geben.

Text und Fotos von Darian Röschard



Küstenseeschwalben überreichen ihren Partnern Brautgeschenke bei der Balz, hier einen kleinen Fisch.



Küstenseeschwalben mit noch sehr flauschigem Küken. Da ist es wichtig, ausreichend Abstand zu halten, denn die Küken werden agressiv – teils mit Schnabelhieben – verteidigt.



Seeschwalben sind unheimlich gute Flieger, eine schüttelte sich im Flug. Manche Populationen ziehen pro Jahr 90.000 km weit!



Text und Fotos von Darian Röschard

Alpakas

vom Hofgut Buckenberg







Das Bild oben zeigt unsere aktuell jüngsten Alpakadamen. Sie sind ca. 10 Monate alt. Als wir im September unser FÖJ angefangen haben, waren sie 2 Wochen alt. Die Weiße ist Tiffany und die Braune heißt Kimberly.

Auf dem zweiten Bild (oben rechts) stehen unsere Alpakajungs gerade bereit für die Wanderung. Milo ist ganz vorne, dahinter von vorne nach hinten: Eddy, Momo, Mogli. Das schwarze Alpaka ganz hinten heißt Fritz. Der ist immer sehr neugierig und schaut gerne erstmal nach allen Alpakas, bevor sie zur Wanderung laufen.

Unten rechts sind Charlie (gefleckt) und Mogli ein paar Tage vor dem Scheren zu sehen.

Liebe Grüße von Samira vom Hofgut Buckenberg :)

Text und Fotos von Samira

Winterliches



Fotos von Clara





Foto von Waldtraud,
selbstbesticktes Kleid mit einer Schneeflocke

Was bedeutet Weihnachten?



Winter
Essen
Intimität
Herzlichkeit
Nachsicht
Aufmerksamkeit
Christus
Heilige Messe
Temporär
Engel
Natürlichkeit
?

Das sind spontane Begriffe in einem Akkrostichon angeordnet, die mir zu "Weihnachten" einfallen. Zumindest im ersten Augenblick.
Interessanterweise hat das Weihnachtsfest über die gesamte vergangene Zeit zunehmend überall an Beliebtheit gewonnen.
Wenn alle es feiern – was feiern wir dann überhaupt noch?

Eine vietnamesische Freundin hat mir vor einiger Zeit erzählt, dass auch in Vietnam Weihnachten gefeiert werden würde. Allerdings schenke man sich nichts. Auch meine Freundin, die türkische Wurzeln besitzt feiert Weihnachten, indem sie mit ihrer Familie am heiligen Abend zusammensitzt und schöne Stunden verbringt, ebenfalls ohne sich zu beschenken, obwohl sie keine Christin ist.
Durch verschiedene Medien hat das Weihnachtsfest an Population gewonnen. Stark dazu beigetragen haben wohl auch sämtliche Filme, die eine romantische, sehr positive Stimmung mit dem Fest verknüpft verbreiten. Dadurch ist es mittlerweile auf der ganzen Welt präsent. Ursprünglich ein christliches, heute vielmehr ein weltliches Fest?
Ob man das wohl als Christianisierung der Welt bezeichnen kann?
Viele Menschen, die Weihnachten feiern, haben sich schon von einer strengen Religion losgelöst. Gehen vielleicht hauptsächlich aus Tradition oder auch gar nicht mehr am erwähnten Abend in die Kirche.
Viele Menschen möchten die Gefühle, die sie mit dem Fest verbinden nicht missen, sodass es auch unabhängig von der Religion eine große gesellschaftliche Bedeutung hat.
Weihnachten hat sich also hauptsächlich durch die Medien verbreitet, eine große Rolle, wenn nicht sogar die größte, spielt hier wohl die Werbung.
Um Weihnachten herum steigen die Verkaufszahlen enorm. Es gibt in Unternehmen das sogenannte "Weihnachtsgeschäft", das speziell an diese Zeit angepasst werden muss. Es werden spezielle Werbungen produziert und neue Produkte entwickelt, die zur Jahreszeit passen.
Sich gegenseitig zu beschenken am heiligen Abend ist eine langjährige, christliche Tradition, die ihren Ursprung wohl in der Weihnachtsgeschichte hat. Am 06. Januar kamen die drei Könige und beschenkten das Christuskind. Auch heute noch erhalten Kinder mancher Länder ihre Geschenke erst zu diesem Datum.

Text von Noa W., Foto von Pixabay

Viele Menschen verbinden auch das Gefühl “Stress” mit dem Begriff der Weihnacht. Einige Erwachsene genießen aus diesen Gründen die Zeit vor den Feiertagen eher weniger. Warum machen wir uns so einen Stress, Geschenke zu besorgen? Warum setzen wir uns so unter Druck?
Der Grundgedanke von Weihnachten sollte doch eines der wichtigsten christlichen Gebote sein: die Nächstenliebe. Ist es nicht deutlich wertvoller, weniger Fokus auf gezwungene Geschenke zu legen, die nur aus Druck und nicht von Herzen kommen?
Der moderne Mensch ist gehetzt und beschäftigt.
Die Weihnachtszeit ist eine Phase der Ruhe, der Reflektion. Jede Person sollte das Recht haben, diese für sich zu nutzen. Warum bewegen wir uns nicht aus der Erwartungshaltung, Geschenke zu erhalten oder welche machen zu müssen?

“Warum kann ein Geschenk nicht einfach ein Geschenk bleiben? Ohne eine Gegenleistung zu erwarten, ohne Druck?”

Zeit ist rar in unserer heutigen Gesellschaft, Menschen müssen ihre Arbeit schaffen, bevor sie Urlaub haben, möchten das Haus schmücken, Plätzchen backen und fühlen sich häufig gezwungen sich in völlig überfüllte Innenstädte zu begeben, denn die letzten Weihnachtssales sind ja noch nicht abgelaufen...
Wir sollten uns fragen, ob das wirklich der Kern dessen ist, was wir zelebrieren möchten.
Müssen wir jedes Jahr gezwungenermaßen Geld ausgeben, weil man es von uns erwartet?
Müssen wir uns mit hunderten anderen in engen Läden an lange Kassenschlangen stellen?
Vielleicht können wir das.

Vielleicht können wir aber auch mal darüber nachdenken und manche Dinge anders betrachten.
Man kann in der Familie darüber sprechen, dass man dieses Jahr nichts verschenken möchte. Ich finde es sehr schön, wenn man etwas sieht, das zu einer Person passt und es dann kauft, weil man der Person eine Freude machen möchte. Das kann auch ganz unabhängig von Weihnachten sein.
Die Kunst des Annehmens. Man kann ein Geschenk getrost annehmen, ohne sich selbst Druck zu machen, etwas gegenleisten zu müssen. Den Menschen, die einem etwas schenken geht es darum, dir eine Freude zu machen, das letzte, was sie wollen ist, dass du dadurch Stress hast.
Sich Zeit nehmen. Aktivitäten, die uns in die richtige Stimmung versetzen sind sehr wichtig, damit man sich selbst etwas Gutes tut und es einem gut geht. Wenn die Zeit da ist, etwas selbst herzustellen, du es genießt, dann nutze diese Fähigkeit gern, um auch anderen damit eine Freude zu machen. Vielleicht siehst du aber auch zufällig etwas, das perfekt zu einer Person passt. Super! Solang du nicht gehetzt und verzweifelt von einem Laden zum anderen rennst und du dich damit wohlfühlst, ist das ein Aspekt, der auch einen selbst persönlich weiterbringt. Anderen eine Freude machen ist ein unheimlich schönes Gefühl.
Gutes tun. Wie wäre es einer (fremden) Person einen Kaffee auszugeben, wenn man eh schon in der Stadt ist. Manchmal gibt es auch Aktionen von lokalen Vereinen oder Kirchen.
Die Weihnachtszeit scheint mir aber nicht nur mit Wohltat in Verbindung zu stehen.

Kurz vor Weihnachten beginnt die Zeit “zwischen den Jahren”,
die Rauhnächte, wie sie in Süddeutschland bezeichnet werden. Ein Moment des Pausierens und Reflektierens.
Aber auch schon in der Zeit davor ist das bemerkbar.
Die Repitation. Jedes Jahr eine Art “saving point” im Leben. Hier wird automatisch gespeichert.
Automatisch denkt man an das vorherige Jahr, die vorherigen Jahre zurück. Was hat sich verändert? Wo stehe ich im Leben? Wie geht es mir und was ist mir wichtig?
Ich möchte schon fast behaupten, die Weihnachtszeit ist auch mit Melancholie bestückt. Man spürt plötzlich das Vergehen der Zeit, ein bisschen gruselig, aber auch spannend.
Vielleicht denkt man auch über übliche Weihnachtstraditionen nach. Die Bedeutung dieser Zeit für das persönliche Leben. Vermutlich muss das jeder für sich selbst entscheiden.
Der Winter ist eine nachdenkliche Jahreszeit, nicht immer mit Leichtigkeit verknüpft. Er lädt dazu ein, sich mal kurz zu setzen bei einer Tasse Tee. Selbst wenn man dann keine Neujahrsvorsätze plant (oder ihr auch immer noch keine habt).
Vielleicht ist das hier ein kleiner Appell, euch einfach mal euren Gedanken zu widmen. Auf ein neues Jahr und einen weiteren Jahreszeitenzyklus.



Text von Noa W.

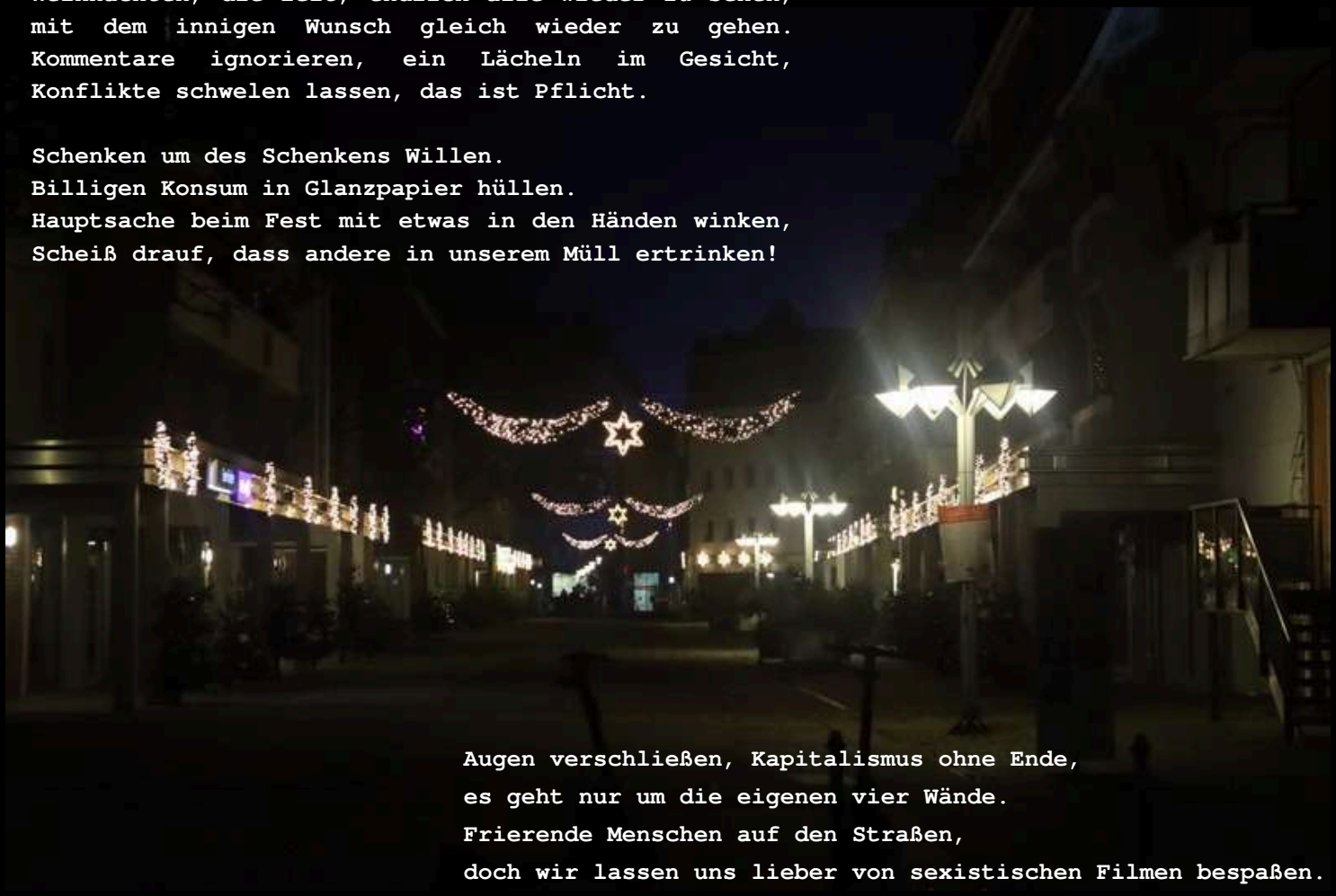
Vernebelte Sicht

ein Gedicht von Hannah K.

Überall strahlt Licht,
Schnee vernebelt die Sicht,
Glöckchen klingen,
Kinderstimmen singen.
Das ist was man sich verspricht,
doch davon handelt dieses Gedicht nicht.

Weihnachten, die Zeit, endlich alle wieder zu sehen,
mit dem innigen Wunsch gleich wieder zu gehen.
Kommentare ignorieren, ein Lächeln im Gesicht,
Konflikte schwelen lassen, das ist Pflicht.

Schenken um des Schenkens Willen.
Billigen Konsum in Glanzpapier hüllen.
Hauptsache beim Fest mit etwas in den Händen winken,
Scheiß drauf, dass andere in unserem Müll ertrinken!



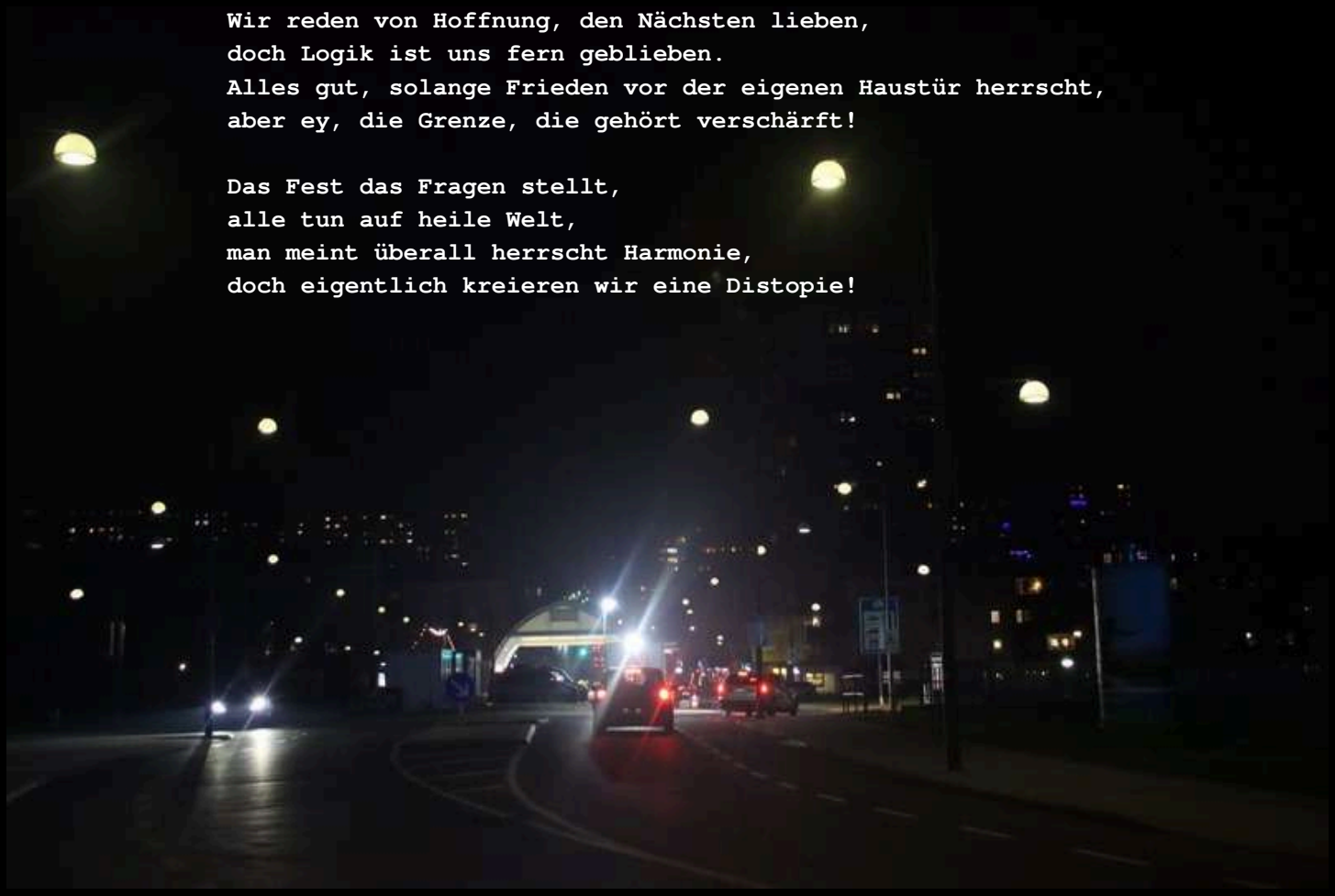
Augen verschließen, Kapitalismus ohne Ende,
es geht nur um die eigenen vier Wände.
Frierende Menschen auf den Straßen,
doch wir lassen uns lieber von sexistischen Filmen bespaßen.

Wir nennen es das Fest der Liebe,
Aber niemand wagt den Blick in die Mastbetriebe.
Gottesgnade und so weiter,
schlachten und quälen, das können wir wie immer ganz heiter…

Das Haus beschmücken,
jedes Eck mit Rot-Gold-Glitzer Zeug bestücken,
Tannen und Misteln in kleinen Zweigen,
aber sonst kann uns die Umwelt gestohlen bleiben

Wir reden von Hoffnung, den Nächsten lieben,
doch Logik ist uns fern geblieben.
Alles gut, solange Frieden vor der eigenen Haustür herrscht,
aber ey, die Grenze, die gehört verschärft!

Das Fest das Fragen stellt,
alle tun auf heile Welt,
man meint überall herrscht Harmonie,
doch eigentlich kreieren wir eine Distopie!



Hin- und nicht Wegschauen,
durch die vernebelte Sicht,
das ist unsere Pflicht
es wahrnehmen, das verdammte Grauen!

In uns keimt eine Kraft, sachte und zart
Mut fassen, wir sind stark!
Mit richtigem Wille sind wir fähig etwas zu wandeln,
lasst uns nicht abwarten, sondern handeln!

Ich glaube fest an gemeinsame Macht,
nicht nur in der Weihnachtsnacht,
weniger konsumieren,
und für Menschen sowie Tiere engagieren
Zum guten Zweck, jeden Tag,
für Liebe, gegen Hass jeder Art.
Lasst uns weiter denken als bis zum nächsten Plätzchenrand.
Zusammen, Hand in Hand.



Text von Hannah K., Fotos von Noa W.



Zauber des Winters

Schön wäre es in der Winterzeit,
dass es schneit, weit und breit.
Doch alles ist grau,
nicht mal der Himmel leuchtet blau.
Viele Leute denken sich das gleiche:
Nur ein bisschen Schnee, das reiche.
Anfang Januar ist es so weit,
Es kommt die schöne Winterzeit.
Die ersten Flocken fallen langsam,
während die Leute lachen gemeinsam.
Die Flocken werden immer mehr,
der letzte Schnee, ist viel zu lange her.
Die Menschen stürmen warm angezogen raus,
kaum einer bleibt im Haus.
Gelächter kommt von allen Seiten,
der Schnee ist schön, so wie in alten Zeiten. Schnee kommt nicht jedes Jahr,
das ist allen klar.
Aber alle freuen sich prompt,
wenn der nächste Schnee kommt.



Text von Emilia 17 aus Nördlingen, Fotos von Noa W.

Stille, Veränderung und Melancholie



Es raschelt unter deinen Füßen.
Das spätherbstliche Laub ist gefroren, liegt nun, knackt nun am Boden, wo deine Schuhe es zerdrücken und die letzten Beweise der vergangenen Jahreszeit langsam vernichten. Jeden Schritt fühlst du, von deinen kalten Zehenspitzen deine Beine hinauf, kitzelnd durch deinen Bauch, tief in deiner Lunger, zitternd in den Fingern bis hinauf in den Kopf. Der kühle Wind greift nach deinem Gesicht, kalt wie manche Herzen, trägt deinen Atem als kleine Wolke davon. Wenn du dich umschaust siehst du fahle Sonnenstrahlen durch die Bäume schleichen, siehst, wie sie Rinde, Moos und deine Hände berühren und versuchen, die nebeligen Tage etwas heller,
etwas wärmer zu machen. Alles ruht in glitzernder
Stille.
Die Stille lädt ein zum Nachdenken,
darüber, wie du Hand in Hand mit der Zeit und der Veränderung wieder ein ganzes Jahr durchschritten hast, darüber, wie nichts gleich ist wie vor einem Jahr und dich doch immer noch dieselben Augen im Spiegel betrachten, dich doch immer noch dieselben Füße durch den Wald tragen. Wie wunderlich, dass es so leicht ist, zu denken, ein Jahr würde nie enden, und doch so schwer, am erwarteten Ende stolz zurückzublicken.
Du schließt die Augen im sanften Licht, atmest tief, atmest lang, fühlst, was du über dieses Jahr hinweg gefühlt hast und atmest es in den Wind, gibst es weg, gibst es auf.
Die Stille lädt ein zum Nachdenken, die Veränderung lädt ein zur Bewegung und der Winter lädt ein zu stummer
Melancholie.

Doch ganz still, ganz stumm ist es nicht, denn du hörst, wie es raschelt unter deinen Füßen, während du leise in das neue
Jahr trittst, begleitet vom Winter, der ein Jahr mit dir beendet, ein anderes mit dir beginnt.

Text von Judith Geisler, Foto von Mareike Albrecht

Fotos:



Foto von
Stella Turba

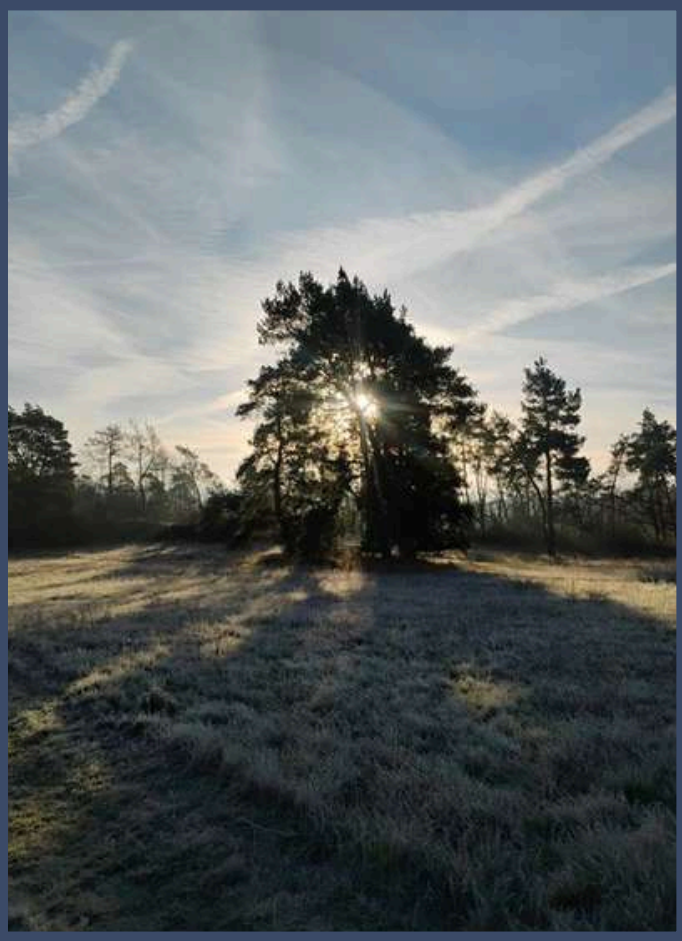
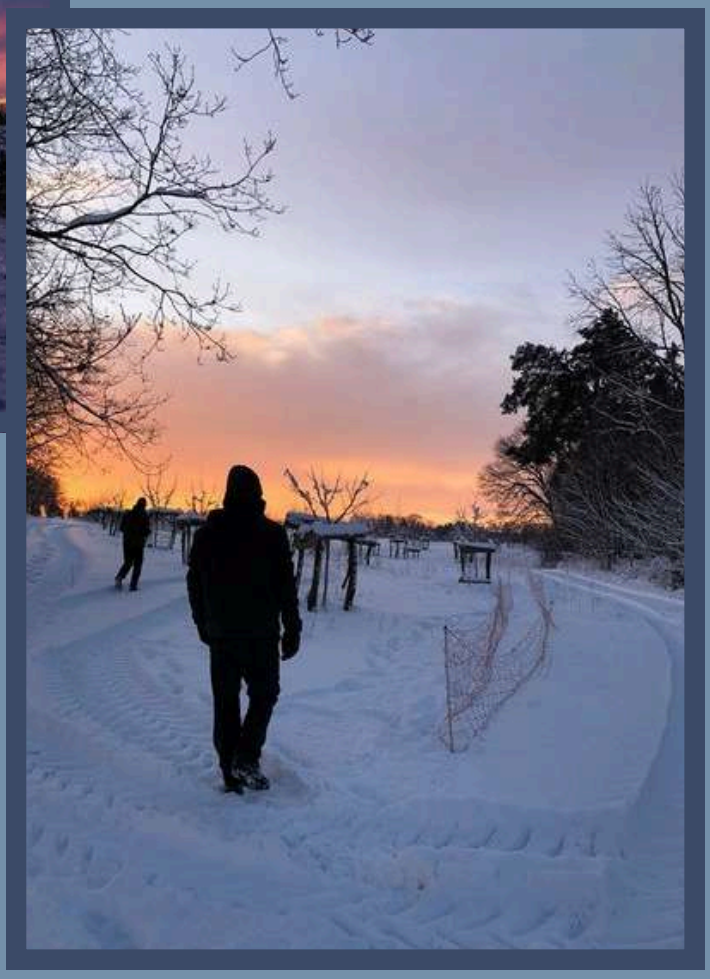


Foto von Franziska



Foto von Noa W.





Fotos von Noa W.

Foto von Mareike Albrecht







Poetisches





Fotos von Noa W.

FLUSSPOESIE

angelehnt

a
schreit die ratschende Mondschein
Präsenz
Das Licht fließt dem Flussbett entgegen
Wolken liegen auf dem Boden
Missgunst
iger Regen
über der
ovalen Welt
Wellen
flüstern
Wind
rauscht
Ich stehe
dort
zwischen
den Ufern
Blätter flackern
Laterne fällt
Brücke schwappt
über den Rand
der
Kugel
Traum
Welt
un
entschieden
der neuen Menschheit
entgegen
Wo bist Du?
fragt sich das Sternenlichtich
erneut





unten
Himmelsfall
oben
Meeressprung
mein Ich sieht
die kleinen Leute
über die Brücke gehen
sie sehen sich nicht
um





Am Morgen



ein Gedicht von Stella Turba

Am Morgen
Wo?
Am Morgen
Da?
Am Morgen
Zeit?

Schwebt durch
Hügel aus Träumen,
Schwebt durch
Hügel aus Gras und Bäumen.

Zieht über
Meere voller Tau,
Zieht über
Schiffe voller Sehn
Sucht,
Zieht über
Kraken,
Langsam in die Tiefe
Verschwindend.

Zieht über Dich,
Zieht über Mich,
Am Morgen.
Früh am Morgen,
Sehe ich Dich.

Dich.

Mond.

Liebe und sowas

Paris

Every poet dreams to be here once in their life
Wanting to breathe the sensual air is a never ending strive
But just now the longing has an end, since it’s Paris where I arrive
And where the train of memory and love I get to drive
I arrived 4:40 and fell in love with Paris before the clock turned five
Just as the person proposing to their soon to be wife
This moment in front of the Eiffel tower is what keeps humanity alive
You cant forget the feeling if that's how deep you dive





I think it has to be this way

Like there is no path in my life we here I wouldn't go away
-from you
And I have my goals and you have yours
For a while our hearts shared the same beat but still we were different souls
Not meant for each other
A lesson to learn
Not everything that at first feels right is healthy on the long term

Frühlingsgefühle

Der Winter ist vorbei,
der Frühling kommt,
wie eine Zauberei.
Blumen blühen in den Wiesen,
alle fangen an die Blütendüfte
zu genießen.
Es wird wieder länger hell,
auch die Zeit vergeht
im Frühling nicht so schnell.
Viele sitzen abends gerne
draußen,
Vögel zwitschern außen.





Die Sonne wärmt abends
lange,
die Gartenarbeit ist
im vollen Gange.
Die Temperaturen
steigen wieder,
morgens rauf und
abends nieder.
Viele fangen wieder an
zu grillen,
oder im Garten
chillen.
Der Himmel leuchtet
nun nahezu blau,
fast alle Wolken weiß
statt grau.

Wie der Löwenzahn



Ich komm von tief tief unten
Aus ewig währender Dunkelheit
Kalt, erstickend an der Erde
Wie begraben für die Ewigkeit

Die Angst sie wuchs mit jeder Woche
Sah meine Hände kaum und doch
Stach Verzweiflung auf mich ein
Ich spürte vor mir das klaffende Loch

Wusste: nur ein paar Meter und ich falle
doch musste ich einen Fuß vor den anderen setzen
Konnt nicht ruhen, konnt nicht atmen
Wusst es würde mich zerfetzen

Jede Hilfe nach der ich griff
Schnitt tief in meine Hände ein
Ließ Blut tropfen auf meinen Körper
Und mich immer noch allein

Als ich mich schon tot geglaubt
Ergriff ich dann doch eine Chance
Eine Wurzel in der dunklen Erde
Zog mich mühsam aus der Trance



Grub mich langsam aus dem Grunde
Bis die Sonne fiel in mein Gesicht
Dieser Kraftakt gab mir Stärke
Und Wärme in dem schwachen Licht

Lag zitternd auf der weichen Wiese
Sah nun die Sonne wieder klar
Horchte tief in mich hinein
Wusste plötzlich,dass ich noch nicht verloren war

Vor mir zart, und doch so stark
Unscheinbar grün gezahntes Blatt
Blüte grell gelb wie die Sonne
Er war es der mich gerettet hat

Ich kämpfe wie der Löwenzahn
Strecke mich durch Gehweg und Asphalt
Nehme was die Welt mir nahm
Und geb im Fallen mir selbst nun Halt

Ich entdeckte diese neue Welt
Hat geglaubt ich hätte alles hier bereits gesehen
Wollte ziehen in die Ferne
Doch ließ mein Schicksal mich nicht gehen

Hab doch meine Wurzeln hier
Und bin auch einfach viel zu schwach
Bin noch nicht ganz, bin noch nicht reif
brauch überm Kopf ein vertrautes Dach

Das neue Leben kleidet mich
In des Löwenzahn strahlend grün
Trotzte Sonne und der Hitze
Der Blick nun klar, die Haltung kühn

Auch des Sommers Ende
Konnte mich nicht hinunter zwingen
Morgen kühle, Moores weite
der Herbst beginnt mit kleinen Dingen

Doch meine Blätter welken nicht
In mir steckt des Sommers Kraft
Auch wenn ich zitter, wenn ich zweifle
Das hier habe ich allein geschafft

Wo einst war schwarz glänzend Leder
Klebt an meinen Stiefeln nun der Erde Dreck
Kleidung versteckt nicht mehr nur meinen Körper
Nein, sie erfüllt auch ihren Zweck

Der Winter, immer eine solche Furcht
Ist hart, ist kalt, mein Körper von der Arbeit schwer
Doch im Moor im Schnee, mit frischer Luft
Winterzauber, ich versink nicht mehr

Ich kämpfe wie der Löwenzahn
Strecke mich durch Gehweg und Asphalt
Nehme was die Welt mir nahm
Und geb im Fallen mir selbst nun Halt

Ich wachse wie der Löwenzahn
strecke meine Wurzeln tief
Erschaffe was die Welt mir nahm
Wecke was so lange schlief

Und doch wach ich manchmal auf
Tief unten in der kalten Erde
Manche Tage machen atmen schwer
Bin Unsicher, ob ich ihnen je entkommen werde

Doch Trotz meines Trotzes spür ich Hoffnung
Auch wenn es gerade sinnlos scheint
Erklär es mir wieder und wieder
Das hier ist Hilfe, es ist kein Feind

Ich kann immer weiter wachsen
Ich kann verändern was ich bin
Dieses Leben wird mal meines sein
Dieses ich ist nicht das Ende, es ist der Beginn

Ich mag für immer so gefangen sein
Nur ein Unkraut in vieler Menschen Sicht
Doch ich bin wild und ich bin so viele
Sie dagegen sind zart und schlicht

Ich bin geschaffen um zu wachsen
Leben heißt Verändern, immer
Um zu blühen muss ich welken
Greif mir das als Hoffnungsschimmer

Hier am Boden auf der wilden Wiese
Entdeck ich wunderbare Welten
Begegne Wirren Würmern, weisen Wanzen
Will von denen wissen sie als seltsam gelten



Ich kämpfe wie der Löwenzahn
Strecke mich durch Gehweg und Asphalt
Nehme was die Welt mir nahm
Und geb im Fallen mir selbst nun Halt

Ich wachse wie der Löwenzahn
strecke meine Wurzeln tief
Erschaffe was die Welt mir nahm
Wecke was so lange schlief

Ich blühe wie der Löwenzahn
Scheu nicht mehr zurück vorm Strahlen
Bin ich obwohl die Welt's mir nahm
Vergesse was sie mir befahlen

Die Zeit vergeht und formt mich neu
Bin nun manchmal weiß und federleicht
Steck all meine Kraft in diesen Wandel
Hab doch schon so manches Ziel erreicht

Der Wind ist mächtig, er ist stark
Er trägt mich hoch und zeigt mir mehr
Die Wiese leuchtet strahlend Gelb
Andere dort, wo ich dachte es sei leer

Ich fürcht mich manchmal
Wohin der Wind mich tragen mag
Wo werd ich neue Wurzeln schlagen?
Wird es ihn geben, diesen Tag?



Text und Fotos von Finn R.

Ich spür den Abgrund nun erneut
Bin unsicher was ich werden werde
Doch ich ließ mir Flügel wachsen
Und kann mich Graben aus der Erde

Ich schwebe wie der Löwenzahn
Lass mich tragen von dem Wind
Öffne und verbreite mich
Nehm nun Abschied von dem Kind

Ich will Teilen was ich werde
Ich schreibe, Rede, Reise viel
Spür das Feuer, die Gemeinschaft
Wir selbst entscheiden unser Ziel

Ich weiß ich wachse nicht alleine hier
Auch ihr blüht zum kämpfen bereit
Gegen Gegner, für Miteinander
Für das Leben, es ist an der Zeit

in euch seh ich die Menschen-
Nein, in jedem ein seltsames Wildkraut
Bereit zu blühen, die Welt neu zu formen
Es ist schwer, doch ich weiß, dass ihr euch traut

Wir kämpfen wie der Löwenzahn Strecken
uns durch Gehweg und Asphalt Nehmen was
die Welt uns nahm
Geben uns im Fallen gegenseitig Halt

Wir wachsen wie der Löwenzahn
strecken unsere Wurzeln tief
Erschaffen was die Welt uns nahm
Wecken was so lange schlief

Wir blühen wie der Löwenzahn Scheuen
nicht zurück vorm Strahlen Sind eins
obwohl die Welt's uns nahm Vergessen
was sie uns befahlen

Wir schweben wie der Löwenzahn
Lassen uns tragen von dem Wind
Öffnen und verbreiten uns
Weil wir zusammen stärker sind

Blühen mit den Blumen



Ein Tropfen Licht fällt durch Elvis nur leicht geöffnete Augen, durchfließt seine Adern, schlägt Wellen auf der Oberfläche seiner Seele. „Frühling", seufzt Elvis, während er die Augen wieder zudrückt. Das Gesicht in die Sonne gestreckt liegt er neben seinem Hund auf einer Wiese, deren Blumen gerade erst mit dem Blühen begonnen haben. Lange hat er auf diesen Tag gewartet, auf diesen Morgen, an dem das trübe, graue Nass endlich dem klaren, blauen Himmel Platz machen muss, an dem jeder Schneesturm der ersten warmen Brise weicht. Erst jetzt, wo Elvis das erste Mal seit Mitte Oktober wieder in der Sonne liegen kann, wird ihm bewusst, wie sehr er diese vermisst hat. Auch in seinem Inneren haben in den letzten Monaten Stürme geherrscht, auch in seinem Kopf war es wochenlang immerzu kalt, einen Tag nach dem anderen hat es auf seinem Gesicht geregnet.

Jetzt hat dieser Regen endlich einen Sinn, jetzt bringt diese vergangene Nässe endlich wieder die Blumen zum Blühen.
Und auch Elvis blüht endlich wieder. Man sieht es aus seinen Augen leuchten, auf seiner Haut strahlen und in seinen Beinen schwingen. Die alten Wurzeln der
Trauer haben sich mit dem Licht gelöst, haben sich verwandelt in Ranken, die mit Freude und Hoffnung wachsen. Elvis muss lächeln bei dieser Erkenntnis. Er öffnet vorsichtig beide Augen, blickt in das Meer aus himmlischen Blau, das sich über ihm erstreckt, seufzt wieder. Er legt seinen Kopf neben den seines Hundes, hört dessen Atem, der genauso ruhig ist wie sein eigener. „Ich liebe es hier", flüstert Elvis in eins der braunen Hundeohren, woraufhin seine Worte von sanfter Brise in Richtung Licht und Richtung Himmel getragen werden, „Frühling".



Text von Judith Geisler, Fotos von Finn R. und Lisi

Baumumarmung?



Ich liebe Bäume. Dachte ich zu mindestens.
Ich möchte einen Baum umarmen, doch um mich herum sind nur Metallpfeiler.
Bäume sind so unglaublich wunderschön.
Sie sind majestätisch, egal ob alleine, in kleiner Gruppe oder einem riesigen Wald: Sie prägen die Landschaft.
Dumm nur, dass ich in einer Landschaft aus Metall, Beton und Glas stehe.
Um mich herum sind Läden, Brücken und Ampeln. In der Brise rollen Zigaretten auf dem Boden anstatt von Laub. Ich lächle traurig, während ich auf die Rückseite von einem Straßenschild starre.
Dort klebt ein schwarz weißer Baum als Sticker.

Ich möchte einen Baum umarmen, doch er wurde gerodet.Ist Menschen eigentlich bewusst, wie sagenhaft Bäume sind? Ich meine sie können mithilfe von Sonnenlicht ihre eigene Nahrung herstellen und verbessern dabei noch unsere Luft. Ich habe das Gefühl wir danken den Bäumen dafür zu wenig. Dem Baum vor mir wurde nicht gedankt. Er wurde umgehauen. Jetzt stehe ich nur noch vor einem Stumpf. Mich beschleicht der Wunsch ich hätte mich gestern verabschiedet.

Ich möchte einen Baum umarmen, aber zwischen uns ist ein Zaun. An Bäumen bewundere ich, dass sie so wild und frei sind. Sie wachsen überall in unterschiedlichsten Formen. Der Wind weht die Samen weiter, egal wohin. Und ich stehe hier vor diesem Zaun, der nicht einmal besonders hoch ist, und kehre um.

Ich möchte einen Baum umarmen, aber da drüben stehen Menschen. Noch ein Vorteil von Bäumen? Sie können keine Arschlöcher sein. Ich habe jedenfalls noch nie von einem rassistischem oder homophoben Baum gehört. Im Gegenteil. Die reichsten Wälder sind Mischwälder. Aber unter Menschen gibt es genug Arschlöcher und ich habe keine Lust ihnen einen Grund zu geben mich auszulachen.

Ich möchte einen Baum umarmen, aber ich habe keine Zeit. Der Baum steht ein paar Meter entfernt und strahlt eine Ruhe aus, die ich bewundern würde. Die ich mir selber wünschen würde. Die ich gerne lernen würde. Doch ich haste weiter, getrieben von meinem Alltag, einen selbst gestrickten Zeitplan und meinem inneren Stress, den ich in einer Umarmung los lassen könnte. Doch ich tue es nicht.

Ich möchte Bäume nicht vergessen. Ich werde mich weigern.

Text von Theresa, Fotos von Finn R.



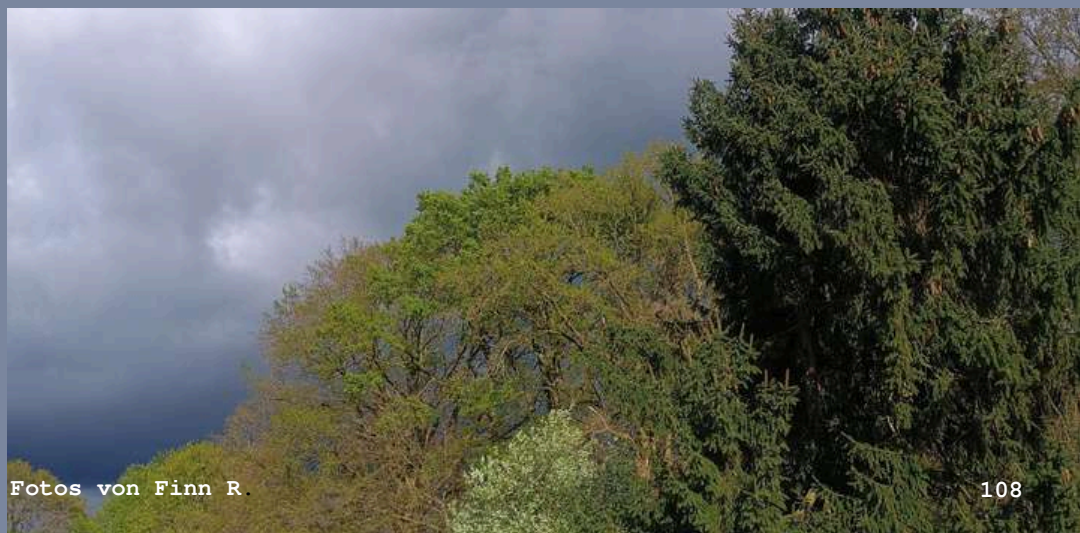
Die Uhr

Die Fahrt verging wie in einem Traum,
doch nun sitze ich allein in diesem Raum.
Kein Lachen, keine Stimmen,
nur das Ticken der Uhr,
mein Herz wird schwer,
ich vermisse dich so sehr.

Das Ticken durchbohrt meine Seele,
erinnert mich daran,
wie lange ich schon warte und hoffe auf die Wiedersehenswelle.
Die Uhr ist wie ein Gefährte in meiner Einsamkeit,
sie gibt mir Halt und zeigt mir die Abwesenheit.

Es scheint, als würde die Zeit stillstehen,
doch jede Sekunde bringt mir Kraft,
um auf die Beine zu gehen.
Die Uhr wird zum Kompass,
der mir den Weg weist,
zu den Erinnerungen und Glücksmomenten,
die du mit mir teilst.

Das Ticken und Ticken durchdringt meine Seele,
doch ich weiß, ich bin nicht allein,
denn du bist immer bei mir in meiner Erinnerung und meiner Energiequelle.
Dein Vermächtnis wird weiterleben in mir,
in einem wundervollem Licht, das niemand auslöschen kann – das ist mein Begehr.



Text von Johanna Schellberg, Fotos von Finn R.



Frühling



BAUCHGEFÜHL
Schmetterlinge werden zu Luft.
Luft wird zu Sturm,
Blitz und Donner!
Nicht weit weg der Sommer.
Wenn dann bitte mit dir!
Oder bin ich doch wieder nur mit mir?



DANK DIR
Ich mag meine Beine.
Nicht weil sie so schön lang sind,
sondern weil ich mit ihnen so schnell
zu dir laufen kann.

Ich mag meine Augen.
Nicht weil sie so braun funkeln,
sondern weil ich mit ihnen in deine schauen kann.

Ich mag meine Ohren.
Nicht weil sie so tollen Schmuck tragen,
sondern weil ich mit ihnen zuhören kann,
Dir lauschen kann.

Ich mag meine Hände.
Nicht weil sie so zart sind,
sondern weil ich mit ihnen dich berühren kann,
dich fühlen und spüren.

Du bringst mich dazu mich zu mögen,
das mag ich.

FRÜHLINGS GEFÜHLE
Wenn die kleinen schwarzen Käferchen wie nervige Mitbewohner*innen an dir Kleben.
Wenn dir auf Instagram angezeigt wird wie du den "perfekten beach body" bekommst.
Wenn die Winterdepris endlich weg sind und die Sommertime sadness schon auf dich wartet.
Dann ist es klar der Frühling ist da!



Text von Maxi Sonnenberg, Fotos von Noa W.



Fliesenrand⊻Fliegenwand

eXclusiveOR

-

Durch Vergangenheiten streifend
Mein Me in einer Teetasse
ständig verschüttend

Es tritt in sonnenbeschienene
Feldebenen
zwischen Schafen und Apfelblüten
liegt mein Me auf dem Boden
verloren, aber verwurzelnd

Die Bäume reflektieren den Schatten
ihrer Hochstammkrümmungen

Mein flüssiger Schatten
klebt an mir
wie Honig

Damit ihn die Ameisen
Stunden später auf der Anrichte finden
und ich zerbissen
zu Grunde sinke

An ihrem winzigen Beinen
haften alte Tränen
und meine rotgefleckte Haut
will sich verbrennen
in die Luft
voller Kohlenstoff

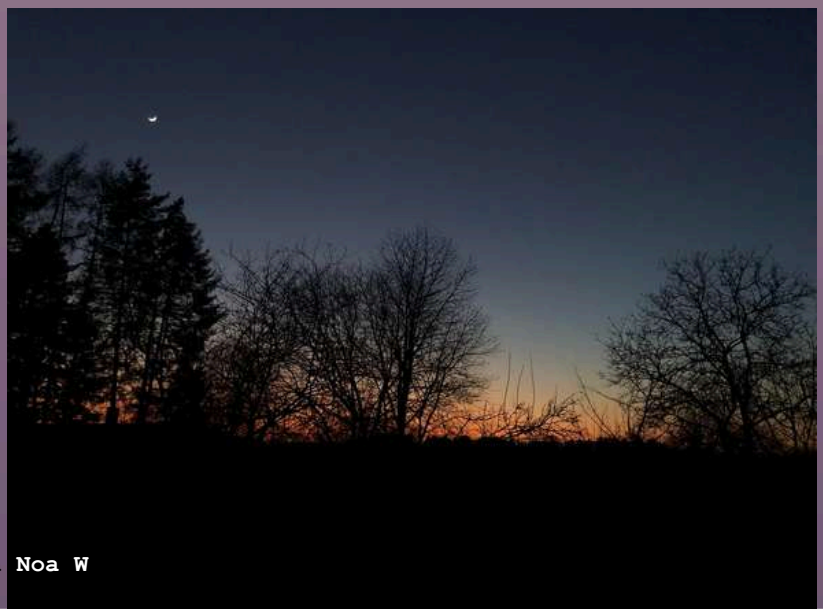
-

NotOr









Mit
Menschen steige ich ein.
Der Zug hält
af einer Insel.
Die Tage rennen
von dannen
Doch Ich sitze still
mit einer Freundin
im Strandkorb.
Vor zaubernden roten
Abendsternen
Ich denke dennoch
an dich





Im Herbst dann
Mein endloser Blick
verteilt sich auf
Wasserfeldern im
Wattenmeer
Ich schlendere allein durch
ozeanblaue Nächte
verliere mich in den
Sanddünen
Dennoch streift mein Blick
immer wieder dich
wie du dort
unsichtbar, allein
auf einer Bank
sitzt



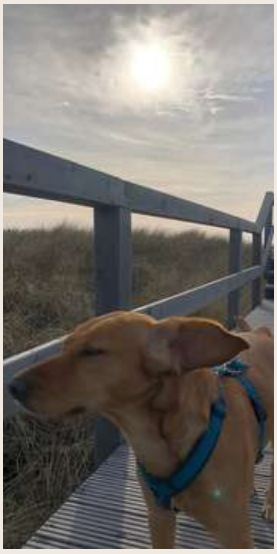












Im nächsten Jahr
scheppern Schienen wieder auf
Sandboden
Ich erstrecke mich
vor dem selben
Horizont
Das Rauschen will
mich übertönen
Da nimmt Mama
meine Hand und fragt,
ob mir kalt sei.
Das Meer flüstert.
es gibt dich nicht













Text von Noa W., Fotos von Hanna FÖJ Norderney, Noa W., Canva

Versteckspiel

Wer war ich denn vor einem Jahr?
Habe mich verstellt, versteckt und angepasst.
Bin geschwommen im Strom des Durchschnitts.
Hatte Angst, wirklich gesehen zu werden.
All die Sehnsüchte, Träume, Wünsche –
Hab sie mir nicht eingestanden. Sie nicht geteilt.

Und dann kamt ihr.
Habt mich in die Ecke gedrängt.
Ich hab geschrien, gekämpft, geweint – still und heimlich.
Mich schlussendlich in all meiner Schwäche gezeigt.
Und trotzdem wolltet ihr nicht gehen –
Habt mich akzeptiert und angenommen.



Wer bin ich denn jetzt?
Ich stelle mich meinen Ängsten und überlebe sie irgendwie.
Alles ist im Wandel – manchmal schwer zu akzeptieren.
Aber Veränderung bleibt die einzige Konstante.
Vielleicht wird mein Kopf ruhiger.
Vielleicht lerne ich die pure Existenz zu Wertschätzen.
Einfach sein und genug sein.

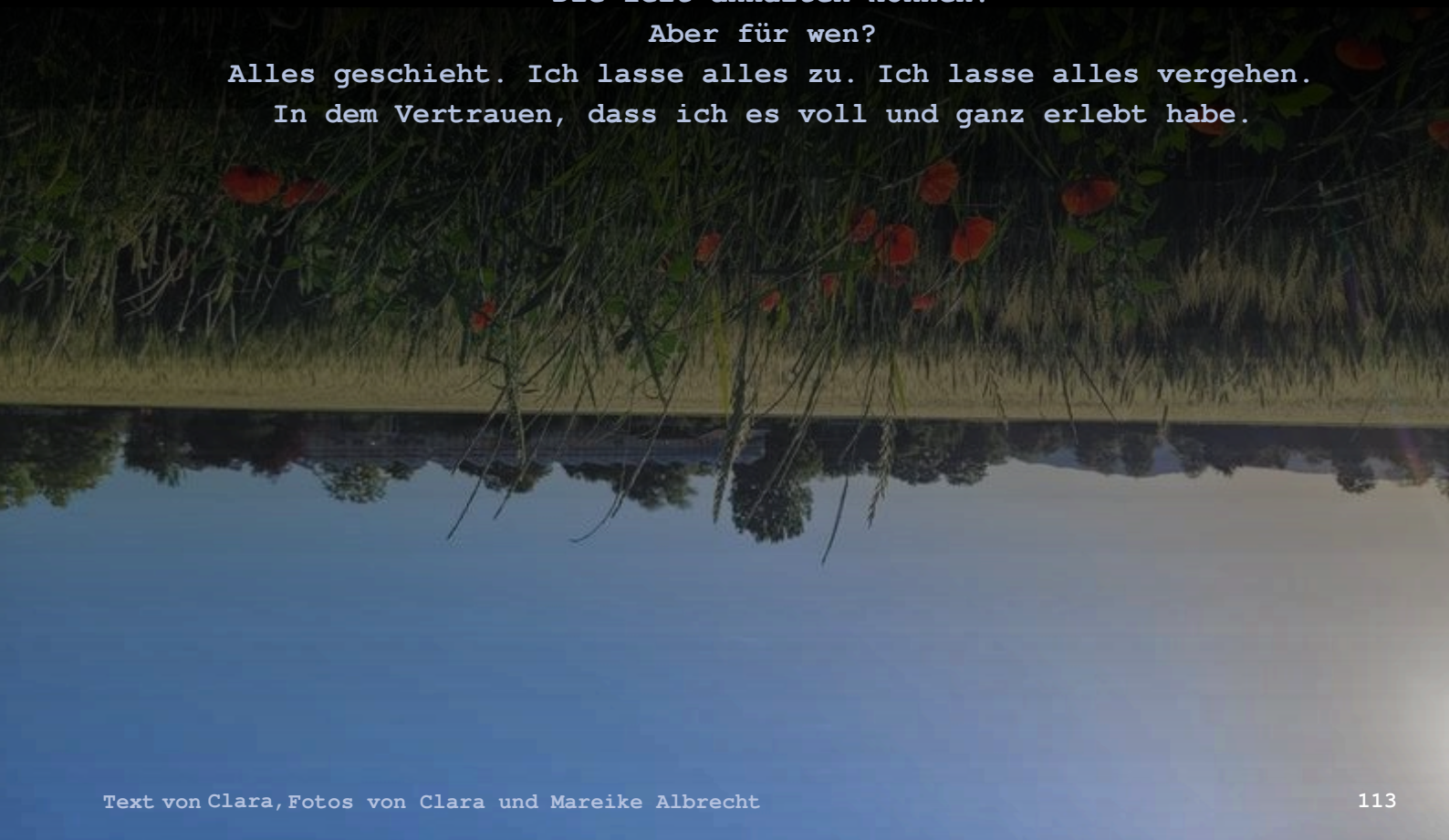
Wer sind wir denn nächstes Jahr?
Keine Ahnung. Es ist noch alles offen.
Aber durch euch traue ich mich wieder zu träumen.
Vertraue mehr in mich.
Ich will mich nicht mehr verstecken –
Meine Gefühle und Emotionen, so stark und düster sie auch sein mögen
annehmen und fühlen.
Ihr habt mir gezeigt, dass ich nicht alleine bin –
Dass ich alles schaffen kann, trotz oder gerade weil der Angst.
Gestärkt trage ich die Wurzeln in mir.
Wie ein vier–, nein fünfblättriges Kleeblatt.
Wie eine Pusteblume.
Lasse mich treiben und weiß doch: hier gehöre ich hin.

Text und Foto von Clara

Melancholie



Man müsste die Zeit anhalten können.
Die Sonnenstrahlen. Das Vogelzwitschern. Käferbrummen.
Turteltauben. Hundegebell. Kinderschreien.
Müsste den Moment einfrieren können.
Nein – auftauchen, alles fühlen und genießen.
Frei von Sorgen und dem Gefühl, nach Hause zu müssen.
Den ganzen Winter auf den Sommer gewartet,
lass mich nicht um den nächsten bangen.
Ich bin hier. Ich bin jetzt. Ich bin echt.
Mache mich frei von allem.
Stehe nackt vor dir. Friere nicht mehr.
Die Zeit anhalten können.
Aber für wen?
Alles geschieht. Ich lasse alles zu. Ich lasse alles vergehen.
In dem Vertrauen, dass ich es voll und ganz erlebt habe.





Otium, tranquillitas

Sprung.
Aufschlag.
Nässe, Kälte.
Der Tunnel zum Licht, zur Luft schlägt über dir zusammen, begleitet von dumpfem Rauschen, von hörbarer Bewegung, von panischer Flucht der eingeschlossenen Luftblasen. Der kalte Schock kriecht von deinen Zehenspitzen bis in die Wurzeln deiner Haare, packt und schüttelt dich, nimmt dir Schweiß und Hitze.
Wenn du gut hinhörst, hörst du deine Ohren aufatmen.
Kinderkreischen, Trillerpfeifen, Entenschnattern: nichts verstummt, aber alles gedämpft, bekämpft von einer Wand des grünen Lebens.
Mit offenen Augen siehst du trinkenden Boden und schwebende Pflanzen, die sich in ihrem Tanz um lange Beine schlingen. Licht macht dunkles Grün zu hellem, malt Figuren auf den Boden, Tanz durch Weiten, tanzt durch Wellen. In stetigem Sinken spürst du Sand unter den Füßen, weiche Steine, die an dich stoßen, dich empfangen in Zeitlupenwelten.
Du gibst den Druck zurück, stößt dich, ziehst dich, greifst nach stummer Nässe, bis sie schwindet, lässt Atem gehen um neuen zu nehmen.
Du wirst erbrochen, kälter, lauter, heißer, leiser als zuvor begrüßt dich die Sonne an der Oberfläche, die dir unten die Hand gereicht hat. Säufzend fängst du zu schwimmen an, denkend, fragend, warum der Sprung immer wieder aufs Neue so viel Mut kostet.

Text von Judith Geisler, Foto von Kim Anh. D.



Fremde

Dumpf erklingen Töne einer Gitarre, die eine schöne, aber doch wehmütige Melodie bilden. Das Lied ist leise im Vergleich zu den Geräuschen, dem Gelächter, dem Geschrei von spielenden Kindern, und doch habe ich es als erstes wahrgenommen. Ich lausche weiter und die Musik erfasst mich irgendwie. Die Grillen scheinen das kleine Stück zu begleiten. Und obwohl die Stimmen und lauten Rufe um mich herum fröhlich sind und lustig, verspüre ich nicht den Wunsch mich dazuzugesellen. Es wird langsam kalt und dunkler. Die Gitarre gibt unaufhörlich diese bezaubernden Töne von sich, die mich so in ihren Bann ziehen. Wer sie wohl hält? Wer wohl die Finger so präzise über die Saiten gleiten lässt? Ich lasse die vertrauten Stimmen zurück und gehe der Musik entgegen, die langsam immer lauter wird. Ich entdecke den alten Mann auf einer Bank, den Rücken zu mir. Er sitzt alleine dort und erst jetzt höre ich, dass er singt. Ich setze mich zu ihm und als er mich bemerkt, lächelt er.



Text von Mareike Albrecht, Fotos von Kim Anh. D.

The deer/the dead

Dry is the dirt
Of the opened grave
To kneel and see
Foolish or brave?

Wie morsches Holz
Um Knochen gewunden
ausgegraben
durch Zufall gefunden

Disturbed, intrigued
Cover my nose
The rotten smell
As they decompose

Braune Knochen
Schwarzes Fleisch
Wann ist es fort?
Wann sind sie bleich?

The deer
The deer
The deer
The dead





Distant still
I can hardly see
On the dry path
A slender body

langsam, leise
Schleich ich heran
Es hebt den Kopf
und schaut mich an

Eye to eye
I dare not breathe
I cannot stay
I'm bound to leave

Es dort am Baum
Ich stehe hier
Nur einen Moment
Den teilen wir

The deer
The deer
The deer
The dead





I'm the wanderer
I'm the ghost
Nervous head turn
lives juxtaposed

Quiet walking
bedroom screaming
desperate prayer
Sunshine dreaming

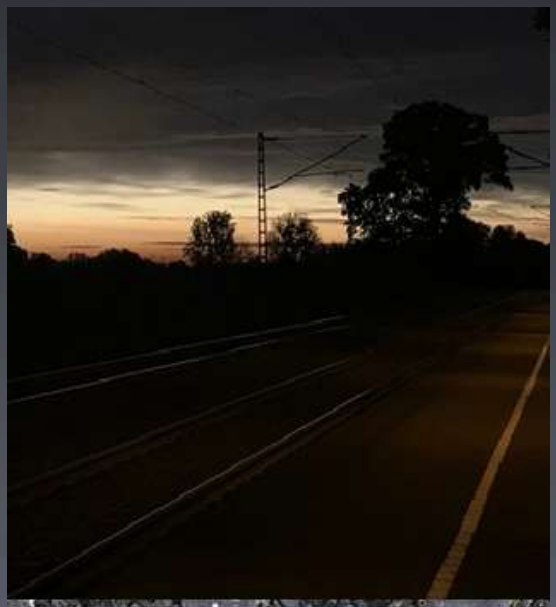
Laugh with my friends
Watch as it ends
Oh just how time bends
How the past year blends

What would I give
To rot in silence
No need to die
No need for violence

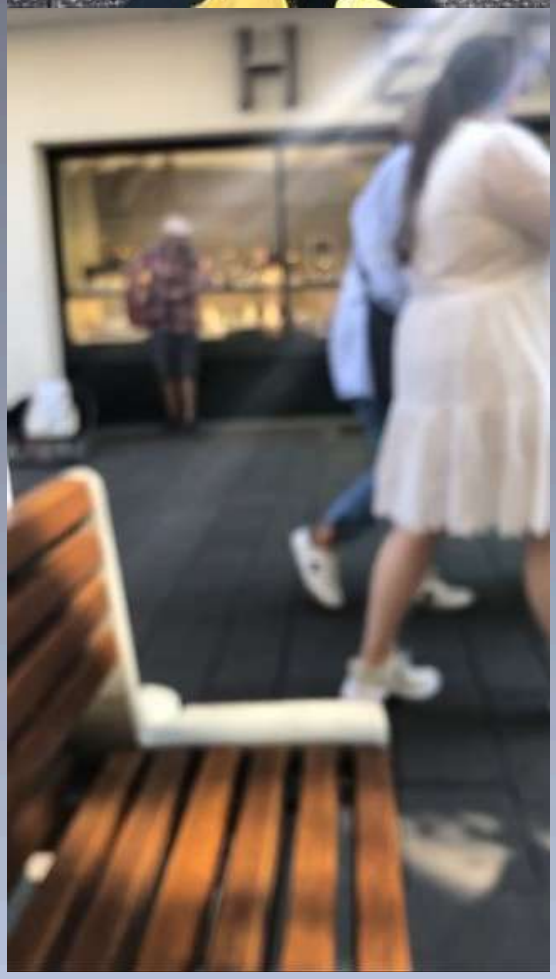
What would I give
To live so carefree
Roam these woods
All danger to see

like
The deer
The deer
The deer
The dead

Text und Fotos von Finn R.







Sekunde
Sekunde
Se
Kunde
die Lautstärke
regelt nicht
meine Trance
herunter
Der Geruch
nach Abgestandenheit
prallt ab an
meinen
Nasenhaaren
Frontal
meines
Cortexes
oculus cernit
eine Säule
hinter der
Menschen
Sekunde für
Sekunde für
Se
Kunde
verschwinden
in der stickigen
Hitze
zwischen
dem
‘Wir bitten um Entschuldigung’
und menschlichem Schweiß
tanzt sich
Klaviermusik
in die Ohren
der Passanten
‘Day One’
taucht das Rennen
in Schleichen
und mich
in ein kurzes
Lächeln



Das FÖJ, s' ist echt schnell vergangen,
Mann, was rennt die Zeit von dannen,
Und doch war jeder Moment, wundervoll vollkommen,
Wir sind hier zusammengekommen,

Im ersten Seminar hat sich die Gemeinschaft aufgebaut,
Im zweiten Seminar fühlte man sich beinahe, wie zu Haus',
Das dritte Seminar war interessant,
Das vierte echt entspannt,
Und heute eine Reise vom Ende zum Anfang,

Rückblickend lässt sich sagen,
Das hier waren echt tolle Tage,
Wunderschön, ja keine Frage,
Nun zu Ende, s' lässt mich klagen,
Und doch muss das Leben weitergehen,
Viel Glück auf euren Wegen!
Mit euch sei ein Segen!

Mark

BEAUTI-FUL SOULS

by Junia

It doesn`t feel like goodbye
It will be so weird not seeing you everyday and time
I will miss your loud laughter
And how when we make music, the world feels a bit softer
I miss how we stretched the work of the day
`cause we still had so much left to say
I`ll miss our car drives
singing songs out loud, taking the long road then FÖJ arrives
It arrives but it vanished as fast as is came
in the painting of our lifes it wont vanish, it`ll always be a mountain
for some it also changed life like a river, for some it gave hope like the sun, or it was fresh like a breeze
for me it was all that and so much more
a cocktail of emotions that filled my heart when I thought there couldn`t be more water at my shore
I feel more complete
And thats for all the beautiful souls I got to meet



für alle der StNU, und ganz besonders für Anika und Juri



kreativ







Foto von Kim Anh Drabe

und draußen



Foto von Finn R.



sein

DIY STICKER

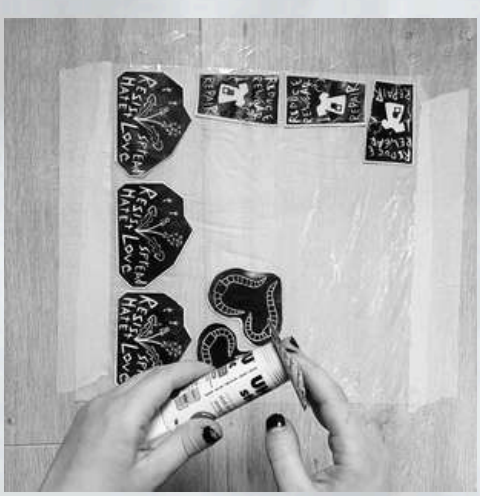




Material:

- Papier/Stickerbasis
- Schere
- Backpapier
- durchsichtiges Klebeband (so breit wie möglich)
- Klebestift
- (Cutter)

Zuerst brauchst du ein Design, das kannst du zeichnen, aus Zeitschriften etc. ausschneiden, ausdrucken oder wie ich hier mit Linoldruck herstellen



Dann das Backpapier mit zwei Streifen Klebeband flach auf den Tisch kleben und eine Schicht Tape darüber kleben (wichtig: das Tape MUSS sich überlappen)

mit ein bisschen Kleber die Sticker Rohlinge auf das Tape kleben (Abstand zwischen ihnen lassen)



eine zweite Schicht Tape darüber kleben (wieder: keine Lücken zwischen den Tapestreifen lassen), mit dem Ärmel das Ganze ein wenig flach streichen, damit das Tape zusammen klebt



Tape an den Seiten des Backpapiers lösen und die einzelnen Sticker ausschneiden, dabei einen Rand um das Design lassen!



wer mag kann auf der Rückseite mit einem Cutter vorsichtig das Backpapier einschneiden, damit sich die Sticker leichter abziehen lassen

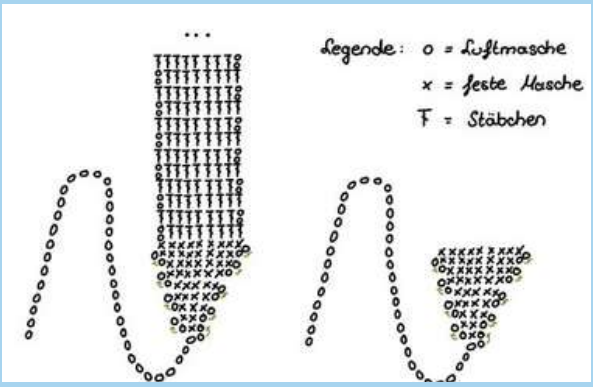


zum Aufkleben: (nur!) das Backpapier abziehen, aufkleben und ein wenig fest reiben

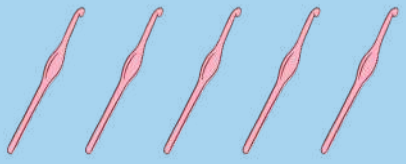
DIY Haarband Häkeln



Diese Anleitung ist perfekt geeignet um mit dem Häkeln anzufangen und es dauert nicht lange bis das Haarband fertig ist. Für Profis ist die Zeichnung rechts vielleicht schon ausreichend.



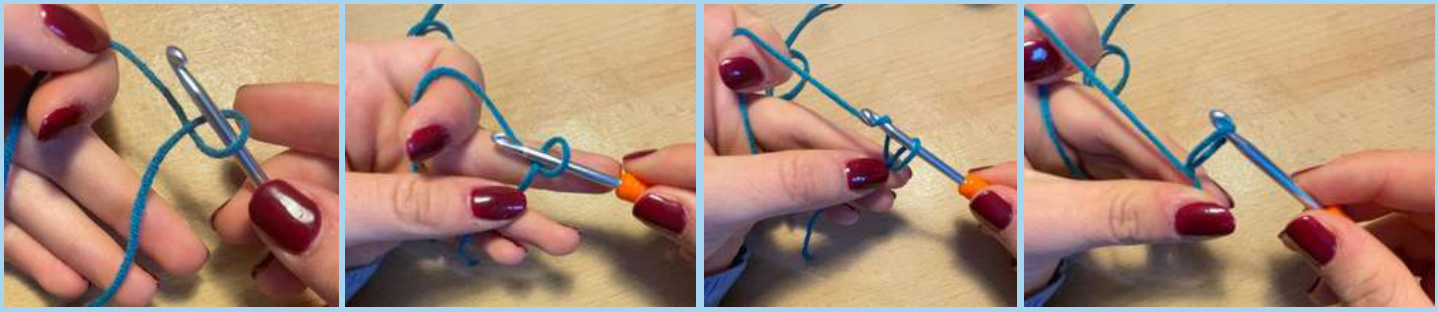
Schwierigkeit:



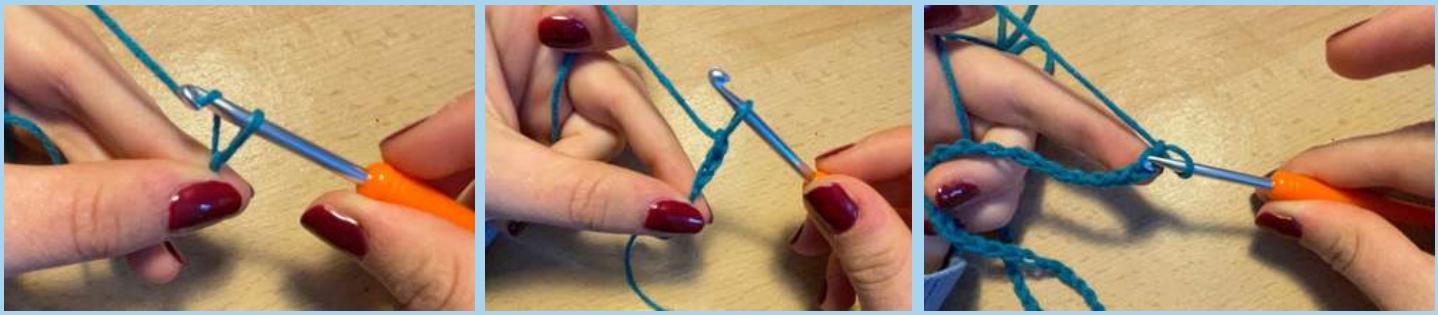


Material:

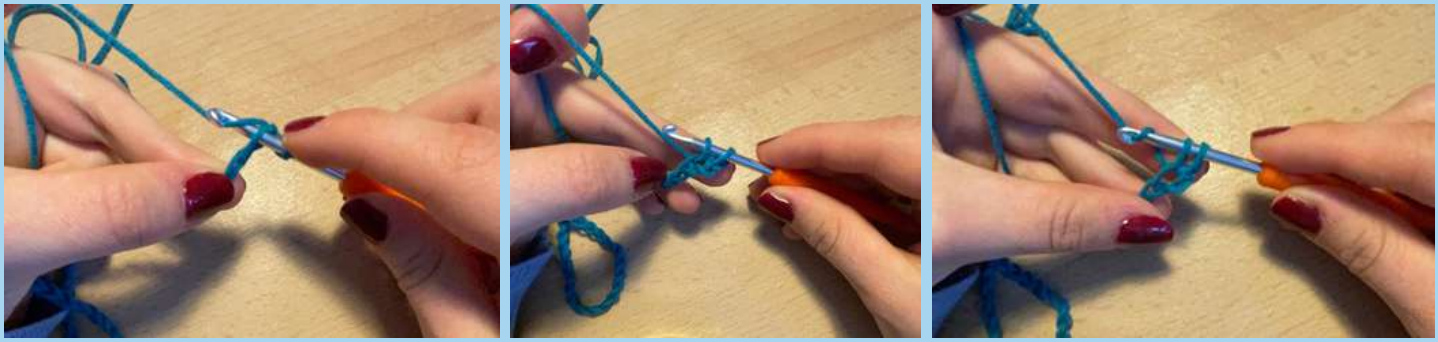
1x Wolle (am besten aus 100% Baumwolle)
1x Häkelnadel in passender Größe (steht auf der Wolle)
1x Stopfnadel
1x Schere



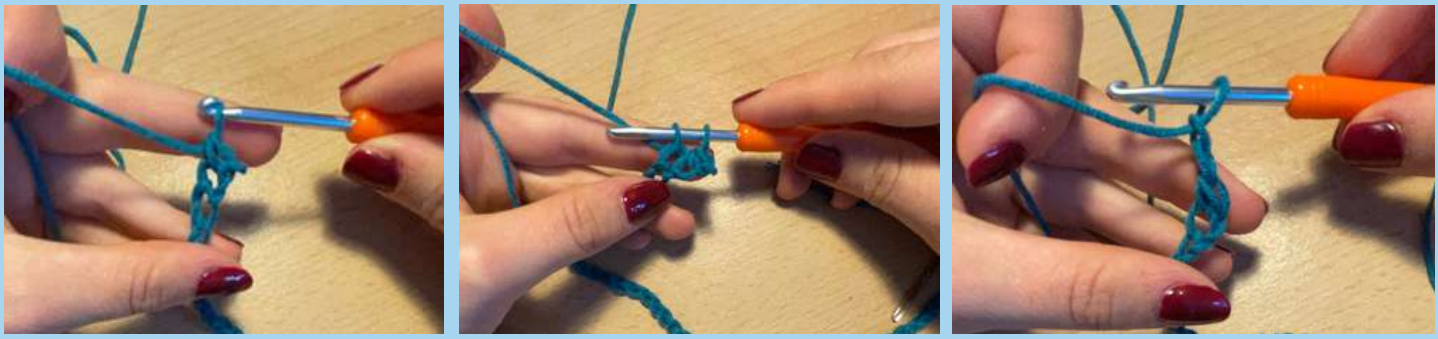
Wir beginnen mit der 1. Luftmasche. Dafür bildest du eine Schlaufe mit der Wolle und ziehst mit der Häkelnadel den Faden durch die Schlaufe. Diese kannst du jetzt direkt richtig fest ziehen.



Nun folgt die 40 Maschen lange Luftmaschenkette. Zieh hierbei die Maschen immer nur locker zu, sodass sie noch schön luftig sind. Nach den 40 Luftmaschen geht es nun weiter mit der ersten festen Masche. Dafür zählst du von der Häkelnadel ab die zweite Luftmasche und steckst durch diese die Nadel.



Danach nimmst du den Faden auf und ziehst in durch die Luftmasche. Nun hast du zwei Schlaufen auf der Nadel und nimmst nochmal den Faden auf und ziehst ihn durch beide Schlaufen auf der Nadel. Dann häkelst du noch so eine feste Masche in die nächste Luftmasche. Abschließend folgen noch zwei einfache Luftmaschen. Drehe dann dein Projekt um.



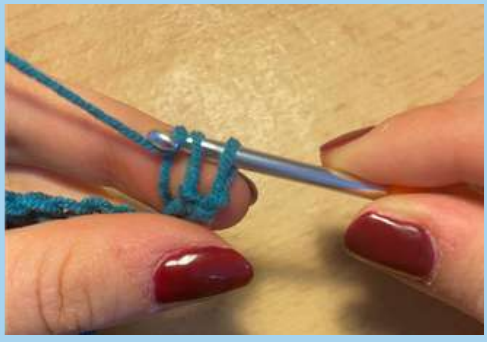
Häkle jetzt wieder in die von der Nadel zweite Luftmasche eine feste Masche. Danach wieder zwei feste Maschen in die festen Maschen der vorhöerigen Reihe. Beende die Reihe wieder mit zwei Luftmaschen und drehe dein Projekt um. Fahre so Reihe für Reihe fort bis du die gewünschte Breite des Stirnbandes erreicht hast. Mit jeder Reihe erhöht dich die Maschenanzahl um eine feste Masche.





Für den Hauptteil des Stirnbandes werden Stäbchen gehäkelt. Dafür beendest du zunächst die letzte Reihe des Dreiecks wieder mit zwei Luftmaschen. Diese fungieren als erstes Stäbchen. Danach drehst du wieder dein Projekt um. Für das erste Stäbchen winkelst du den Faden einmal um die Häkelnadel. Anschließend Stichst du mit der Nadel, auf der jetzt zwei Schlaufen liegen, in die zweite feste Masche. Dann nimmst du einen Faden auf und ziehst ihn durch die feste Masche und durch die erste Schlaufe auf der Nadel.





Dann nimmst du wieder den Faden auf und ziehst ihn durch die beiden übrigen Schlaufen auf der Nadel. Für die ganze Reihe häkelst du so in jede Feste Masche der vorherigen Reihe ein Stäbchen. Erst nimmst du den Faden um die Nadel, dann die Nadel durch die feste Masche dann den Faden durch die feste Masche und die erste Schlaufe und zum Schluss nochmal neu den Faden durch die beiden übrigen Schlaufen. Jede Reihe beendest du mit zwei Luftmaschen, die wiederum das erste Stäbchen der nächsten Reihe bilden.



Du häkelst diese Reihen von Stäbchen so lange, bis das Band von einem Ohr bis zum anderen Reicht. Nach den letzten Stäbchen schneidest du den Faden ab und ziehst ihn durch die letzte Masche fest. Um die andere Seite zu beenden häkelst du die Anleitung noch einmal von vorne, bis Schnur und Dreieck fertig sind. Hier ziehst du auch den Faden durch die letzte Masche und nähst dann mit der Stopfnadel Band und Dreieck zusammen.
Fertig ist dein neues Stirnband! Viel Spaß beim Nachmachen.

Text und Fotos von Kristin M.

Brownie-Cookie-Kuchen



Zutaten:

- 200g Zartbitterschokolade,
- 210g Butter,
- 240g Zucker,
- 4 Eier,
- 210g Weizenmehl,
- 1 Päckchen Backpulver,
- 1/2 Päckchen Vanillezucker,
- 70g Zartbitter-Schokotröpfchen

Schritt 1: (Brownieteig):

200g Zartbitterschokolade mit 125 g Butter über einem warmen Wasserbad schmelzen.
140g Zucker, 3 Eier und 1 Prise Salz in einer Rührschüssel schaumig aufschlagen.
Zuerst die geschmolzene Schokolade unterrühren, danach 80 g Mehl mit 0,5 Päckchen Backpulver vermischen und unterheben.
Rechteckige oder runde Backform/Springform eventuell mit Backpapier auslegen und Browniemasse einfüllen.

Schritt 2: (Cookieteig):

85 g Butter, 100g Zucker und 0,5 Päckchen Vanillezucker cremig rühren.
1 Ei unterrühren.
130 g Mehl mit 1 Prise Salz und 0,5 Päckchen Backpulver mischen und unter die Buttermasse heben. Schokotröpfchen unterheben.
Entweder aus dem Teig kleine Cookies formen und auf der Browniemasse verteilen, sodass ein Muster entsteht oder den Cookieteig löffelweise auf der Browniemasse verteilen und verstreichen, sodass eine dünne Schicht aus Cookieteig entsteht.

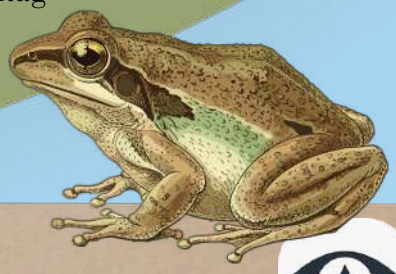
Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad Ober-Unterhitze ca. 40 - 45 Minuten backen

Natur entdecken - digital!

draußen sein und die Natur zu entdecken gehört nicht nur zum FÖJ, sondern einfach zum Leben generell dazu! Dabei ist Artenkenntnis ein zentraler Faktor: Welcher Baum ist das? Was unterscheidet diesen Käfer von dem anderen?
Anstatt immer ein schweres Bestimmungsbuch (dessen Ausmaß und Artenvielfalt begrenzt ist) mitzuschleppen kann man heute natürlich auch diverse Apps nutzen.
Dadurch, dass sie teilweise fast wie ein Spiel aufgebaut sind, man Beobachtungen sammeln kann und das Bestimmen generell sehr einfach ist sind sie ein super Weg im Alltag (zum Beispiel beim spazieren gehen) etwas zu lernen.

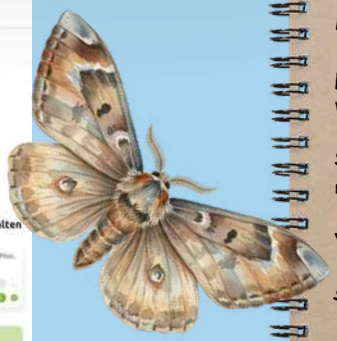
Ich habe ein paar solcher Apps getestet und stelle sie hier vor:











Naturblick

Kategorie: Alles anhand Merkmalen, Vogelstimmen, Pflanzen anhand Fotos

Standort: weder zum Bestimmen noch zum Hochladen notwendig

Werbung: keine

special features:

- Kann Vogelstimmen, Pflanzen anhand Foto und sämtliche Arten anhand Abfrage von Merkmalen
- Das Merkmal Feature ist sehr nützlich, es fragt bei Vögeln z.b. Gefieder-, Schnabel- und Beinfarbe, Größe, Aussehen des Schnabels etc, schlägt einem viele Arten mitsamt Beschreibung und Foto vor
- Auch die Fotoerkennung von Pflanzen funktioniert recht gut
- Es gibt die Möglichkeit unter „Arten kennenlernen“ alle eingetragenen Arten anzusehen
- Die info artikel sind sehr toll gestaltet, z.b. mit Geräuschen, Beschreibung, Wissenswertem und Verwechslungsarten

Kritik:

- die Vogelstimmenerkennung ist nur bedingt sinnvoll, da es Vögel erst nach abschließen der Aufnahme anzeigt (man also nicht weiß, welcher Vogel gerade singt), dann gibt es aber einen Infotext, Beschreibung und Tonaufnahme des Vogels

Obsidentify

Kategorie: Alles, anhand von 1-4 Fotos

Standort: nicht notwendig zum identifizieren, aber zum hochladen der Beobachtung

Werbung: keine

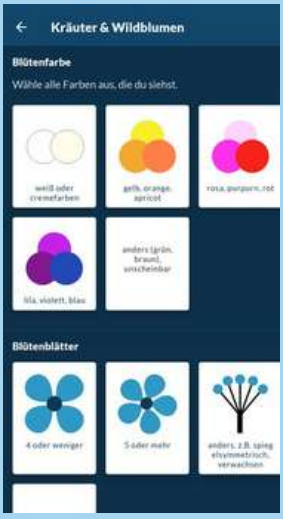
special features:

- Besonders hervorzuheben: die App ist ein wenig wie ein Spiel (z.b. Pokémon) aufgebaut: Es gibt Badges, welche man sich mit dem Hochladen der jeweiligen Art verdienen kann (z.b. Pilze oder Marienkäfer), je mehr Beobachtungen und Arten man hochlädt, desto mehr Sterne erhält man
- Auch kann man Gruppen mit bis zu 40 Personen erstellen und dort gemeinsam oder gegeneinander an Challenges teilnehmen
- Auch gibt es Challenges an der alle Nutzer der App teilnehmen

Kritik:

- infotexte sind wenig ausführlich/interaktiv
- in der App gibt es keine Möglichkeit sich alle Arten anzusehen
- Erkennung erfolgt nur über Fotos, erkennt die App die Art nicht kann man dies nicht selbst korrigieren





Merlin Bird ID von Cornell Lab

Kategorie: Vögel anhand von Stimmen, Fotos und Merkmalen

Standort: muss für Vogelstimmen aktiviert sein, bei Fotos kann man ihn auch auswählen

Werbung: keine

special features:

- Zeigt bei laufender Audioaufnahme die zu hörenden Vogelarten mit Bild an, sie sind markiert wenn man sie gerade singen hört
- Aufnahmen kann man speichern
- Es gibt deutsche Infotexte z.b. mit Lebensraum und Aussehen der Vögel
- Dazu gibt es eine Karte die Lebens- und Brutraum sowie Zuggebiet zeigt
- Foto- und Merkmalerkennung funktionieren auch ganz gut











Flora Incognita

Kategorie: Pflanzen, Pilze, Flechten anhand von Fotos

Standort: weder zum Bestimmen noch zum Hochladen notwendig

Werbung: keine

special features:

- Es gibt eine Übersicht mit allen Arten
- Die Infotexte haben viele Unterpunkte, inklusive Bilder und Karte die Beobachtungen und Verbreitung anzeigt
- man kann an verschiedenen Forschungsprojekten teilnehmen (z.B. Wildkräuter in Städten oder den Geruch von Blüten dokumentieren)
- es gibt Abzeichen, für die man z.b. einen bestimmten Baum finden muss
- Die eigenen Beobachtungen werden auf einer Karte gespeichert

Pilzator

Kategorie: Pilze anhand von Fotos und Merkmalen

Standort: zum bestimmen nicht notwendig

Werbung: Ja

special features:

- es ist kein Standort zum bestimmen nötig, man kann Entdeckungen aber auf einer Karte hochladen
- Die App schlägt mehrere Ergebnisse mit Bildern vor, von denen man auswählen kann
- Auch kann man noch einige Fragen beantworten (z.b. "wächst er auf Holz?" " Wie sieht die Unterseite aus?") die die Bestimmung genauer machen
- Es gibt einen langen Infotext über die Pilze
- Man kann andere Nutzer im Hilfe bitten wenn man einen Pilz nicht identifizieren kann
- In der App gibt es ein kleines "Quiz Minigame" bei dem man Pilznamen zu Bildern zuordnet
- Es gibt eine Liste von allen Pilzen (mit Bild und Infotext) sortiert nach "essbar", "zu vermeiden" und "giftig"

Kritik:

- Die App enthält Werbung
- Sie ist (wahrscheinlich) nicht von einer wissenschaftlichen Organisation entwickelt und vom Design her nicht immer ganz "professionell"











Zeichnungen von Emilia

Jonglieren – mehr als ein Hobby









Vor 3,5 Monaten fing ich das Jonglieren an und habe somit auch meine größte Leidenschaft entdeckt. Vor ca. 2. Monaten habe ich mir das Sprunggelenk gebrochen und konnte nur im Sitzen üben, es hat mir geholfen das ganze zu verarbeiten.
In der selben Zeit habe ich angefangen Tiktoks zu machen während ich geübt habe. Das Jonglieren hat mich dazu gebracht nach draußen zu gehen obwohl ich das nie mochte, jetzt macht es mir Spaß wenn ich mitten in der Stadt jongliere. Seit ich damit anfing bin ich sozialer geworden. Es hat mir geholfen meine mentalen Grenzen zu brechen und meine Vergangenheit zu verarbeiten.

tiktok: Freigeist
(fig…ii3_lo0v0ol_ii3)

Text und Fotos von Gerit

Unkraut essen?!

Ein Überblick über Wildkräuter und -pflanzen und ihre Verwendung

Wichtige Tipps und Hinweise:

- niemals in Naturschutzgebieten oder geschützte Arten Ernten, auch nicht alle Pflanzen einer Art komplett abernten
- nur so viel ernten, wie ihr auch verarbeiten könnt (generell nicht mehr als ein großer Handstrauß)
- Sammelort sorgfältig wählen, nicht am Rand von gespritzten Feldern, Straßen oder Fußgängerwegen (Abgase und Hinterlassenschaften von Hunden etc.)
- Dieser Artikel und auch Pflanzen-Bestimmungsapps sind keine 100%ige Garantie, dass es sich um ein essbares Kraut handelt, wenn ihr euch unsicher seid informiert euch z.B. im Internet oder besorgt euch ein entsprechendes Buch, esst eine Pflanze nur wenn ihr euch sicher seid!

einige Arten vorgestellt:



Gänseblümchen (Februar-November)

wichtige Merkmale: runder, behaarter Stängel, Blätter in Rosette angeordnet, auch behaart und nah am Boden, Blütenblätter sind weiß und manchmal ein wenig pink

Verwendung: Blätter im Frühjahr in Salat/Kräuterquark, Blüten als Deko oder auch Tee



Löwenzahn(April-Juni)

wichtigeMerkmale: Stiel ist hohl, beim Abbrechen tritt ein weißer Saft aus, die Blätter wachsen dicht am Boden, sind lang und gezackt

Verwendung: Blätter in Salat, Blütenknospen als Gemüse, Blüten als Deko, Tee, Sirup oder Gelee, aus der Wurzel kann man im Herbst einen Kafee Ersatz machen



Gundermann März-Juni)

wichtige Merkmale: relativkleine Pflanze, kriecht am Boden, Stängel vierkantig, Blätter rundlich und am Rand gekerbt, blau-violette Blüten sitzen zu zweit/dritt

Verwendung: junge Blätter als Würze in Salat, Suppen, Quark, Kräuterbutter, sehr starker Geschmack also sparsam dosieren, Blüten eignen sich als Deko



Brennessel (Juni-Oktober)

wichtige Merkmale:30-150cmhoch, Stängel vierkantig, Blätter stehen paarweise gegenüber, sind spitz und gezackt, Blüten = grüne Rispen

Verwendung: junge Blätter und Triebspitzen als Tee, in Suppen oder als Gemüse, kochen oder mit Nudelholz abrollen zerstört die Brennhaare, Samen sind getrocknet oder geröstet ein nussig schmeckendes Gewürz



Achtung giftiger Doppelgänger!
der schwach giftige Hecken-Kälberkropf ist borstig behaart und stärker gefiedert

Giersch (Mai-Juli)

wichtigeMerkmale:dreieckiger Stiel, Blätter sind dreiteilig gefiedert und haben möhrenartigen/
würzigen Geruch

Verwendung: sehr vielseitig, am besten die jungen Blätter ernten, geeignet für: Salat, Suppen, Quark, Pesto, ...



Achtung giftige Doppelgänger!
dasgiftigeMaiglöckensiehtdemBärlauch ähnlich, es besitzt aber zwei Blätter pro Stiel, eine glänzende Blattunterseite und keinen Knoblauchgeruch; auch andere ähnliche Pflanzen die nicht nach Knoblauch riechen nicht essen!!

Bärlauch (April-Mai)

wichtigeMerkmale: 15-20cm hoch, intensiver Knoblauchgeruch, Blätter sind länglich und haben immer ihren eigenen Stiel, die Blattunterseite ist matt, kleine Zwiebel in der Erde

Verwendung: beste Sammelzeit von März bis April, Blätter und Blüten zum würzen in Salat, Suppen, Nudelgerichten, Pesto, Kräuterbutter und -Quark

Finn's Unkrautsalat



Als Basis für meinen Salat nehme ich **Giersch,** dabei sollte man vor allem die jungen, zarten Blätter ernten. Auch vom **Löwenzahn** kann man eine kleine Hand voll junge Blätter nehmen (sie sind meist sehr bitter, aber schmecken etwas milder, wenn man sie eine halbe Stunde in warmes Wasser legt). Auch die Blätter vom **Gundermann** und **Bärlauch** passen super in einen Salat. Es lohnt sich, auch die Blüten der letzteren drei Pflanzen sowie **Gänseblümchen** als Deko zu sammeln.
Zur Zubereitung wäscht man alle Blätter gründlich und schneidet sie sehr fein. Da Wildkräuter oft recht kräftig im Geschmack sind reibe ich 1-3 **Möhren** in den Salat, wer möchte kann auch fein geschnittenen **Apfel** hinzugeben. Auch die Blüten werden gewaschen, beim Löwenzahn die Blütenblätter aus der Blüte ziehen.

dann das **Dressing** zubereiten:
dafür jeweils 1 Löffel: Senf, Honig, Apfelessig, Öl und Zitronensaft sowie eine Prise Pfeffer, Salz und Zitronenpfeffer mischen.

Dressing über den Salat geben und die Blüten darüber streuen, guten Appetit!



Wildpflanzen verarbeiten

Pesto
Für ein Pesto eignen sich besonders **Bärlauch** aber auch junger **Giersch**, **Löwenzahn**, **Spitzwegerich** und (wegen der Brennhaare blanchierte) **Brennnessel**-blätter. Zur Zubereitung 120g der sehr fein geschnittenen Kräuter, 150ml Olivenöl, 30g geriebener Parmesan, 30g gemahlene Nüsse und 1-2TL Salz mit dem Pürierstab zu feiner Paste verarbeiten

Kräuterbutter
Mit **Bärlauch** oder auch **Giersch**, **Knoblauchsrauke**, **Brunnenkresse** und **Schaumkraut** kann man eine leckere Kräuterbutter herstellen. Dazu weiche/geschmolzene Butter in ein hohes Gefäß geben, gewaschenen und grob zerkleinerte Kräuter und etwas Salz hinzugeben und das ganze pürieren, im Kühl- oder Gefrierschrank abkühlen lassen und auf Brot, Grillgut, Kartoffeln usw. verwenden.

Sirup
Mit einem Sirup kann man vor allem Blüten aber auch Blätter konservieren und später z.B. in Limonade verwenden. Es eignen sich u.a. **Löwenzahn**-, **Klee**- oder **Holunderblüten**, **Fichtenspitzen** oder **Wasser-Minze**. Diese bedeckt man gerade so mit Wasser und lässt sie einige Stunden darin ziehen. Diese Mischung wird erhitzt, und sollte ein paar Minuten köcheln, dann werden die Pflanzenteile abgesiebt. Im Verhältniss 1:1 wird Zucker/Honig hinzugegeben, dann sollte das ganze noch einige Minuten bei geringer Hitze köcheln, bis er schließlich in Flaschen abgefüllt werden kann.

Wildpflanzen trocknen
Um Blätter, Blüten oder Früchte haltbar zu machen und sie in Tee oder auch Kräutersalzen verwenden zu können kann man sie trocken. Dabei lässt man sie ganz, da sie sonst Aromastoffe verlieren können. Beim Trocknen mit elektrischen Haushaltsgeräten sollte man bei Temperaturen unter 40 grad bleiben. Ansonsten kann man sie auf einem sog. Trockenrahmen (kann man selber bauen) ausbreiten und im Schatten trocknen

Quark
Für einen Kräuterquark eignen sich besonders eher würzige oder scharfe Kräuter, z.B. **Giersch**, **Bärlauch** aber auch **Brunnenkresse**, **Wiesenkümmel** und **Knoblauchsrauke**. Diese werden sorgfältig gewaschen, zerkleinert und unter Quark oder auch eine Quark-Joghurt Mischung gerührt. Verfeinert werden kann das ganze mit Salz, Pfeffer oder anderen Gewürzen.

Fotos und Text von Finn R.,
Quelle rechte Spalte: "Essbare Wildkräuter und Wildbeeren für unterwegs" von Rudi Beiser

Kräuter & Gemüsekisten

für den Balkon

Du hast keinen Garten,willst aber trotzdem Gemüse anbauen und mit frischen Kräutern kochen? Kein Problem! Aus alten Weinkisten lassen sich super Mini-Hochbeete bauen. Ich habe dieses Jahr in zwei Kisten eine kleine Auswahl an Gemüse angepflanzt und zeige euch, wie ich dabei vorgegangen bin:

Als erstes habe ich festgelegt, was ich alles anpflanzen möchte, in meinem Fall:

1.Kiste: Kapuzinerkresse, Schnittlauch, Basilikum
2.Kiste: Paprika, Radieschen

Dabei solle man auch auf gute Pflanzennachbarn achten, damit sich die Planzen nicht beim Wachstum behindern. Einige Pflanzen habe ich vorgezogen, darunter Basilikum, Paprika und Radieschen. Achte darauf, dass du dafür Anzuchterde verwendest.

Tipp: Du kannst auch Kräuter aus dem Supermarkt einpflanzen, damit du länger ernten kannst.
Als die ersten Pflanzen zum raussetzen bereit waren, habe ich die Kisten mit Jute ausgekleidet, damit keine Erde herausrieseln kann und Staunässe vermieden wird. Anschließend werden die Kisten mit geeigneter Erde gefüllt.





Tipp: Wenn die vorgezogenen Pflanzen stark durchgewurzelt haben, kannst du die Wurzelballen vor dem Einpflanzen in die Kisten etwas aufbrechen, damit sich neue Wurzeln besser ausbreiten.

Die restlichen Pflanzen habe ich direkt ausgesäht, wobei auf den richtigen Zeitraum geachtet werden muss, vor allem wenn es im Frühling nachts noch Frost gibt. Jetzt heißt es regelmäßig gießen und den Pflanzen beim Wachsen zuschauen. Bei älterer Erde kann man auch etwas düngen.

Text und Fotos von Mareike Albrecht

Tipp: Pflanze auch Blumen auf deinem Balkon, damit du Bienen anlockst, die deine Gemüsepflanzen bestäuben sollen.





Insektentränke und -Hotel neben den Kisten





Wenn es endlich so weit ist, kannst du deine eigenen Kräuter und selbst angebautes Gemüse ernten. 🤗

Mein persönlicher Favorit ist die Kapuzinerkresse, weil sie schnell wächst und man sowohl die Blätter als auch die Blüten essen kann.

Text und Fotos von Mareike Albrecht

FÖJ Memes

Von der BDK



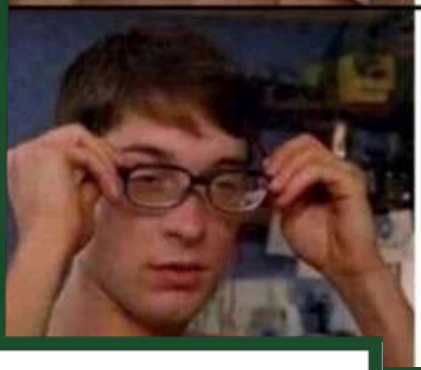


FÖJis nach dem FÖJ





Als FÖJi bist du Hilfskraft, und ersetzt keine fest angestellte person



Als FÖJi machst du gefühlt mehr als alle anderen

FÖJis die noch bei den Eltern wohnen



40 Grad auf Seminar

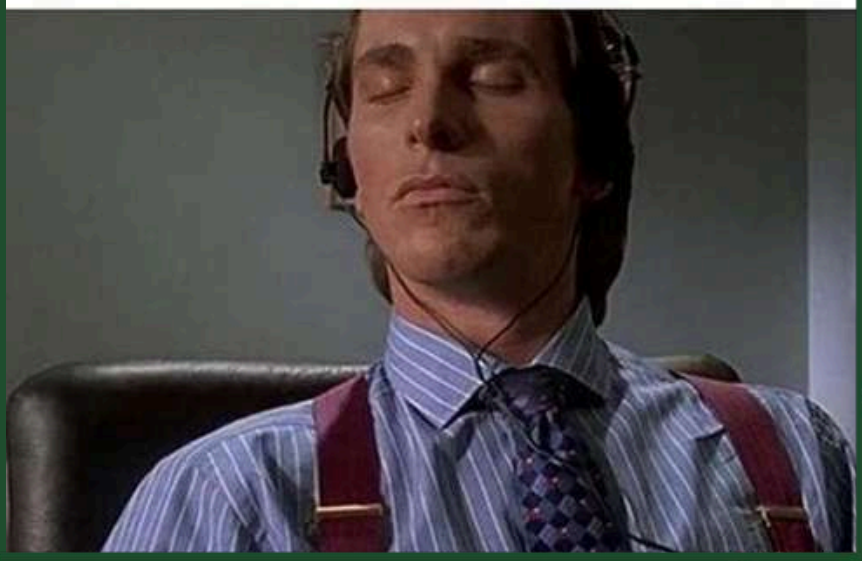


40 Stunden für die Umwelt arbeiten aber Deutschland finanziert dir kein D-Ticket





der im Plenum aufgenommene Introsong



FÖJ in der Politik





Sofia und Axel beim nächten Jahrgang Bundessprechiwahl



Alle Nachrichten in die Seminargruppe weitergeleitet






FÖJ aufm Land


ÖPNV
Anbindung


Essen zuhause


Bei der bdk


Wie sich andere Leute Föller vorstellen:
t ain't much, but it's honest work


Winterdepression


Seminarfahrten

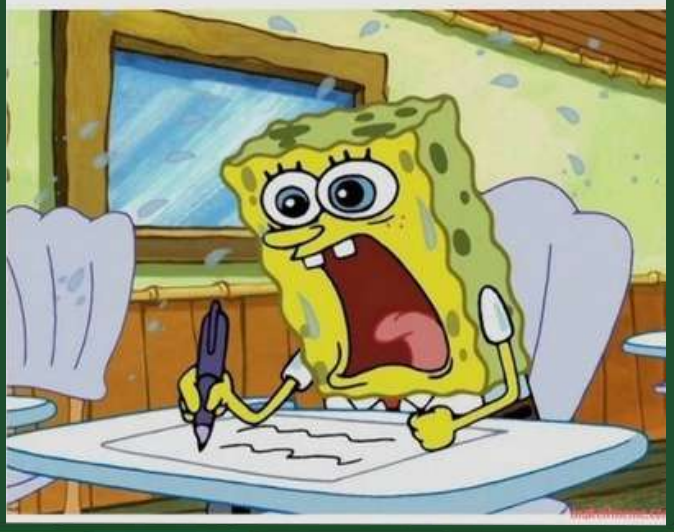

eine offene Flasche kippt um
Flaschencounter liste


Club Mate auf Staatskosten
Sprechis

Politik auf unsere Forderungen



FÖJis wenn sie sich an ihr FÖJ Projekt erinnern





Wie ich mittlerweile um 8:30 Uhr aufstehe, obwohl ich um 8 Uhr da sein soll








Beim BAT waren 30 Leute


föj'is wenn *dieser eine* song spielt


Deutsche Politik
Forderung nach Klimaschutz


Db kommt mal pünktklich


Das FÖJ ist bald vorbei...


Werwolf
Dorfbewohner

Memes von
@foej_fiebertraum

(mehr auf Instagram)













Quellen

Quellen Artikel Tiere im winter:
https://sachsen-anhalt.nabu.de/tiere-und-pflanzen/tiere/34236.html
https://blog.gonature.de/tieren-helfen/tierschutz-im-winter-so-kannst-du-tieren-bei-kaelte-helfen/#:~:text=Niedrige%20Temperaturen%2C%20Schnee%20und%20Eis,oft%20von%20Schnee%20bedeckt%20ist.
https://nrw.nabu.de/tiere-und-pflanzen/voegel/helfen/15301.html

Quellen Artikel Moore:
https://www.wald.sachsen.de/mooresax.html
https://www.nabu.de/natur-und-landschaft/moore/deutschland/index.html
https://www.wald.de/waldwissen/wie-viel-kohlendioxid-co2-speichert-der-wald-bzw-ei
https://www.boell-sachsen-anhalt.de/de/entwaesserte-moore-echte-klimakiller
https://www.dehst.de/DE/Themen/Klimaschutzprojekte/Natuerlicher-Klimaschutz/Moore/moore_node.html

Quellen Artikel Feuerwerk:
https://www.tagesschau.de/inland/silvester-2026-102.html
https://de.statista.com/infografik/35565/verletzungen-durch-explosionen-in-deutschen-krankenhaeusern/
https://www.tagesschau.de/inland/gesellschaft/jahreswechsel-inland-100.html

Quelle Foto Artikel lesen heutzutage:
https://pixabay.com/de/photos/books-lernen-education-panorama-5372392/

Quelle Foto Artikel was bedeutet weihnachten:
https://pixabay.com/de/photos/advent-advent-kerzen-kerzen-1883840/

Quellen Artikel digitaler Fußabdruck: https://www.myclimate.org/de-de/informieren/faq/faq-detail/was-ist-ein-digitaler-co2-fussabdruck/ https://www.cleanenergywire.org/news/net-zero-netflix-far-climate-neutral
Studie: digitaler CO2 Fußabdruck - Datensammlung zur Abschätzung von Herstelleraufwand, Energieverbrauch und Nutzung digitaler Endgeräte und Dienste (Öko-Institut e.V. und BUND)
Statistik: https://de.statista.com/infografik/21188/zusammensetzung-des-weltweiten-downstream-internet-traffics/

Artikel Unkraut essen:
“Essbare Wildkräuter und Wildbeeren für unterwegs” von Rudi Beiser , Kosmos Verlag, erschienen 2025 in Stuttgart

Artikel Natur entdecken:
Screenshots aus den jeweiligen Apps

Der gewöhnliche Schweinswal:
orca.org.uk
Toter Schweinswal im Stellnetz von Krzysztof E Skora Hel Marine Station, unterwasserwelt.de
www.onthegotours.com, Harbour Porpoise

Danke an alle Beteiligten!

Wir bedanken uns herzlich bei allen, die uns ihre Beiträge gesendet haben, ohne euch wäre diese Pusteblume nicht zustande gekommen!

Bettina
Emil Pfeiffer
Hannah K.
Luna Molloy
Stella Turba
Waldtraud
Laura
Tushar
Emilia
Lias
Theresa
Emilia
Maxi Sonnenberg
Charleene
Darian Röschard
Kim Anh. D.
Mark
Samira
Seminargruppe aus Brandenburg
Naturschutzzentrum im Kreis Kleve e.V.

Clara
Franziska
Judith Geisler
Mareike Albrecht
Tom Dangeleit
Maria S.
Carina
Florian S.
Gerit
Stine W.
Melina Trömmer
Johanna Schellberg
Celina Grolleman
Clara (Clärchen)
Fanny M.
Lina Wegener
Phillip
Karl L.
Lisi



Eure Pusteblume-Redaktion:

Finn
Junia
Juri
Noa
Annabel
Kristin
Ellen

Wir bedanken uns bei
JUGEND HILFT
für ihre Förderung!



www.children.de

PUSTEBLUME 2025/26

Jetzt die digitalen Ausgaben und monatliches Zine lesen auf:

pusteblume.foej.net



FREIWILLIGES ÖKOLOGISCHES JAHR