

NATUR

Nachhaltig leben.

pur



Informationen und
Tipps für ein
umweltbewusstes
Leben in und mit
unserer Natur

Eine Sonderveröffentlichung der

MEDIENGRUPPE
BURG-VERLAG

Ich mache das jetzt! oder:

Wenn aus guten Vorsätzen eine Tat wird

Im Zimmer meiner elfjährigen Tochter hängt ein Plakat, aus Pappe, 40 mal 20 Zentimeter groß, mit Paketband daran, so dass man es sich umhängen kann. Darauf: Ein Eisbär und in Grundschrift der Slogan: „Für die Eisbären bin ich hier!“ Vor mehr als anderthalb Jahren hat sie das Demo-Utensil gebastelt, für ihren ersten Fridays for future-Marsch. Ich fand das ziemlich cool von ihr, hab sie bestärkt und bis heute finden die FFF-Aktivistinnen und -aktivisten in unserem reporter ein Forum für ihre Forderungen und Projekte. Was aber ist mit mir? Auf die Schnelle bringt mich die Frage nicht aus der Ruhe: Kein Fleisch, ein Wassersprudler, nur ein Familienauto, radfahrende Kinder, kein übermäßiger Konsum. Aber, wenn ich mich umsehe in meinen vier Wänden, wächst die Erkenntnis: Da ist noch Luft nach oben. Es muss

ja nicht gleich ein Umzug sein, ich hänge nämlich an unserer gemieteten Altbauwohnung, die in Sachen unzureichender Dämmung und Heizen auf der Minusseite meiner persönlichen Bilanz steht. Aber eine Bambuszahnbürste, Shampoo als Waschstück statt der vielen Plastikflaschen und ein Brotbeutel aus Leinen – das kriege ich doch hin. Ich müsste einfach nur beim nächsten Einkauf ein bisschen genauer hinschauen. Und konsequent die Gemüsebeutel mitnehmen, die die Folienverpackung um Paprika, Tomaten und co. überflüssig machen. Apropos: Äpfel und anderes heimisches Obst könnte ich doch eigentlich auch direkt beim Apfelbauern kaufen. Sind die überhaupt teurer als im Supermarkt? Das müsste man mal rausfinden. Und mein Mann? Könnte gut zumindest im Sommer auch mal mit Zug und Fahrrad zur Arbeit

pendeln. Könnte, müsste, sollte...an dieser Stelle des Artikels habe ich eine Schreibpause gemacht. Ich hatte genug von den guten Vorsätzen. Und hab einfach mal begonnen zu handeln. Bei mir selbst angefangen. Wie? Ich habe mir eine Bambuszahnbürste gekauft. Und das ist erst der Anfang. Denn: Ich mache das jetzt!



Mit Handy-Recycling Ressourcen sparen und Gutes tun

Nach Angaben des Digitalverbandes Bitkom schlummern mehr als 105 Millionen Handys in deutschen Schubladen. Ausgediente Handys in den Hausmüll zu werfen, schadet der Umwelt und ist ohnehin nicht erlaubt. Gold, Kupfer, Silber und seltene Erden stecken in unseren Handys. „Nicht mehr benötigte und ausrangierte Handys und Smartphones sollten deshalb fachgerecht recycelt und die wertvollen Metalle einer Nachnutzung zugeführt werden. Ich kenne kein anderes Gerät, das auf so kleinem Raum so viele wichtige Rohstoffe anhäuft“, so Christel Steiner, die Leiterin des Reformhauses in Preetz. Deshalb organisiert das Reformhaus am Löwen in Preetz eine Sammelaktion, die bis Ende Februar 2021 laufen soll. Der Erlös wird einer gemeinnützigen Organisation zugeführt.



Start der Aktion ist der 2. Januar 2021. Dann können

die Geräte zu den normalen Öffnungszeiten im Reformhaus eingeworfen werden. Kunden, die

ohnehin im Geschäft sind, können ihre Geräte auch in eine Box im Laden einwerfen. Im Vordergrund steht die Wiederaufbereitung der Geräte durch ein zertifiziertes Unternehmen.

Falls dies nicht möglich ist, erfolgt eine fachgerechte Verschrottung, bei der die wertvollen Metalle separiert und dem Produktionskreislauf wieder zugefügt werden. Die geschredderten Mobilfunkgeräte werden in der zertifizierten Schmelzhülle Umicore eingeschmolzen. Wertvolle Ressourcen wie Gold, Silber, Palladium und Platin werden vom Elektroschrott getrennt und gelangen über den Rohstoffmarkt wieder in die Produktion. Giftige Bestandteile werden aufgefangen und gesondert entsorgt. Pro Tonne Mobiltelefone ohne Batterien werden im Durchschnitt 120kg Kupfer, 1.250g Silber, 300g Gold, 40g Palladium und weitere Metalle zurückgewonnen.

Zu Hause bleibt es am schönsten

Mit unserer lebenslangen Immobilienrente



Jetzt unverbindlich und kostenlos beraten lassen:
telefonisch, online und vor Ort bei Ihnen Zuhause.

Es berät Sie Astrid Lütt:

☎ 0431 / 53 55 07-0

✉ info@luett-immobilien.de



Lütt Immobilien

Ein Kooperationspartner der



www.luett-immobilien.de

Liebe Leserinnen und Leser,

Nachhaltigkeit ist eines der Worte, die in den vergangenen Jahren immer mehr an Bedeutung gewonnen hat, immer häufiger fällt. Aber was bedeutet es, nachhaltig zu leben?

Das Wort Nachhaltigkeit fiel vor über 300 Jahren zum ersten Mal – im Wald. Hans Carl von Carlowitz (1645 - 1714) war eigentlich nach heutigen Maßstäben kein Typ, der ein Wort wie Nachhaltigkeit prägen würde – und doch erkannte er, dass ein schonender Umgang mit Ressourcen unumgänglich sein würde. Und nichts anderes bedeutet Nachhaltigkeit.

Carlowitz war Oberberghauptmann am kursächsischen Oberbergamt in Freiberg. Holz war damals der wichtigste Rohstoff, der nicht nur zum Bauen gebraucht wurde, sondern auch Brennstoff zum Kochen und Heizen war. Auch für viele vorindustrielle Produktionsprozesse und den Schiffbau war der Rohstoff unabdingbar. So kam es, dass weite Flächen in Europa entwaldet wurden und verödeten. Deutschland war damals weit geringer bewaldet als heute.

Angesichts einer drohenden Holzverknappung und Ausbeutung der Wälder am Ende des 17. Jahrhunderts formulierte Carlowitz 1713 in seinem Werk "Sylvicultura oeconomica" erstmals, dass immer nur so viel Holz geschlagen werden sollte, wie durch planmäßige Aufforstung wieder nachwachsen kann. Damit legte er den Grundstein für die deutsche Forstwirtschaft und das Prinzip des nachhaltigen Umgangs mit Rohstoffen.

1732 kam eine Zweitaufgabe des Buches von Carlowitz heraus, die weite Verbreitung fand und die erste Anleitung für eine Forstwirtschaft war, wie wir sie heute noch kennen. Fortan wurde der Wald gehegt und gepflegt. Nachhaltig.

Und diese Nachhaltigkeit müssten wir in all unseren Lebensbereichen als ganz selbstverständlich erachten, Gründe dafür liefern uns eine Menge Zahlen, Statistiken und unser gesunder Menschenverstand. So jährt sich der Earth Overshoot Day, der Tag, an dem die Menschen bereits alle natürlichen Ressourcen aufgebraucht, die die Erde innerhalb eines Jahres wiederherstellen und damit nachhaltig zur Verfügung stellen kann, schon im August. Und noch erschreckender ist, dass er immer weiter nach vorne im Jahr rückt. Die Studie Statistical Review of World Energy hat berechnet, dass, verbrauchen wir weiter so viel Öl und Gas wie bisher, unsere Rohöl- und Erdgasvorräte noch bis 2070 reichen.

Und: Wenn wir so weitermachen wie bisher, würden sich im Jahr 2050 (wenn unsere jetzigen Kindergartenkinder so um die 35 sind) nicht nur unvorstellbare 3,4 Milliarden Tonnen Hausmüll im Jahr erzeugen, es befände sich dann auch mehr Plastikmüll in den Meeren als Fische. Schon jetzt ist die Menge des Mülls, der jährlich in die Meere gelangt, dreimal so hoch wie die der im gleichen Zeitraum gefischten Fische.

Wenn wir aber mit all unseren Rohstoffen, unseren Ressourcen, unserer Umwelt und unseren

Lebensmitteln so nachhaltig umgehen wie wir unseren Wald bewirtschaften, könnten wir die Kurve kriegen. Ganz klar ist, dass Einzelne nicht die Welt retten können, aber wenn jeder einen kleinen Schritt macht, jeder seinen kleinen Beitrag leistet, vielleicht erstmal nur das Licht ausmacht, wenn er den Raum verlässt, den Müll sorgfältiger entsorgt oder den CO₂-Ausstoß seiner Flugreise kompensiert, wenn jeder mitmacht, tut das nicht nur dem Klima gut sondern jedem von uns. Das Corona-Jahr hat es uns schon ein bisschen gezeigt – in Venedigs Kanälen schwimmen wieder Delfine, unsere Luftqualität ist besser geworden, die weltweiten Emissionen an CO₂ haben um 4,6 Prozent abgenommen – allerdings haben wir auch deutlich mehr Plastikmüll produziert. Auch dank Einweg-Masken, die zwar für viele eine Notwendigkeit sind, aber dann zumindest sachgemäß entsorgt werden sollten.

Wir wollen Ihnen mit dieser Sonderausgabe Tricks und Tipps, Ideen und Anregungen geben, wie Nachhaltigkeit in den Alltag einziehen kann, Ihnen den Wald vorstellen, unsere Knicks näherbringen, die schon vor Hunderten von Jahren nachhaltig genutzt und gepflegt wurden, Ihnen Menschen vorstellen, die nachhaltig leben und arbeiten. Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen – kommen Sie gut in ein glückliches, gesundes und nachhaltiges Jahr 2021.

Ihre Redaktion

Übrigens: Papier und Nachhaltigkeit sind kein Widerspruch

Papier hat mittlerweile einen eher schlechten Ruf, „blattlos“ ist die Devise. Deshalb haben wir mal nachgeforscht, wie nachhaltig wir eigentlich selbst sind und freuen uns, sagen zu können: Zeitungen wie wir bestehen im Durchschnitt aus 84 Prozent Altpapier. Und sind damit ziemlich nachhaltig. Denn: Gegenüber Frischfaserpapier werden bei der Herstellung von Recyclingpapier bis zu 60 Prozent Energie, bis zu 70 Prozent Wasser sowie CO₂-Emissionen und Abfall eingespart. So werden für die Produktion von Zeitungspapier keine Bäume gefällt. Wenn Frischfasern aus Holz beigemischt werden, handelt es sich überwiegend um Sägewerkabfälle oder Durchforstungsholz. Die Holzfasern, die in Deutschland für die Papierherstellung genutzt werden, stammen durchweg aus nachhaltig bewirtschafteten und meist zertifizierten Wäldern. Denn die Europäische Holzhandelsverordnung verhindert den Import von Holz aus illegalem Einschlag. Waldflächen im Ausland, die für deutsches Papier genutzt werden, befinden

sich ausschließlich auf zuvor landwirtschaftlich genutzten Flächen. (Quelle: VDP)

Papier wird durch den technischen Fortschritt immer ressourcenschonender hergestellt: Die Abwässer der Papierfabriken werden zu 80 Prozent im Kreislauf geführt und der Rest wieder gereinigt abgegeben. 70 Prozent des Wassers wird von den Papierfabriken direkt aufbereitet und ungefähr 30 Prozent durch kommunale Klärwerke. 60 Prozent der Energie der Papierindustrie stammt aus erneuerbaren Quellen. (Quelle: VDP)

Die stoffliche Verwertung grafischer Altpapiere konnte seit der Gründung der AGRAPA vor über 25 Jahren kontinuierlich gesteigert werden. Mittlerweile ist Deutschland Spitzenreiter beim Papierrecycling und die Wiederverwertungsquote liegt

bei rund 80 Prozent. Und: Digitale Presseerzeugnisse sind nicht von vornherein ökologisch vorteilhafter: Der Konsum digitaler Informationen erzeugt einen oftmals unterschätzten ökologischen Fußabdruck, der unter anderem auf den stromintensiven Betrieb der Datenserver und die verbauten Materialien in den Endgeräten zurückzuführen ist.

Meine Angebote auch im neuen Jahr 2021

- Stress-Bewältigung durch 'Aktive' Meditation
- angeleitete Körperentspannungs-Meditation ~
- Portrait-Fotografie - oder was Sie mögen...
- Garten-Gestaltung für den kleinen Garten

MEDITATION FOTOGRAFIE GARTENIDEEN

Ich freue mich auf Sie!



Elvira Brigitte Berndt
0 43 02 - 96 97 830
0170 - 2 375 375
info@dreierlei.net

www.dreierlei.net



Die Wegwarte
natürliche Lebensmittel
in Ruhe einkaufen
Für eine ausgewogene
Lebensweise ... wie es früher einmal war.

Eike Kunst-Fulfs · Lübecker Straße 2 · 24306 Plön
Telefon 0 45 22 / 746 98 40 · Fax 0 45 22 / 746 98 41

IHR ENTSORGUNGS-SPEZIALIST IN OH

- Containerdienst · Abfallentsorgung
- Entschlammung · Verwertung von Klärschlamm

termingerecht | verlässlich | zertifiziert

Von SCHÖNFELS
Recycling · Bau · Abbruch

Puttgarden, Westerdor 2, 23769 Fehmarn, www.von-schoenfels.de

04371 - 50 10 100



„Kinder brauchen viel Zeit in der Natur“

Der Verein Erlebnis Natur (ERNA) sensibilisiert Menschen nachhaltig für ihre Umwelt

Heuschrecken auf der Wiese beobachten. Eine Hütte im Wald errichten. Insektenhäuser und Nistkästen bauen. Einen Niedrigseilgarten gestalten. Gewässerforschung betreiben. Stockbrot am Lagerfeuer genießen. Tierspuren suchen und bestimmen. Es gibt kaum ein Naturerlebnis, das nicht von ERNA angeboten wird. Der Verein Erlebnis Natur hat es sich zur Aufgabe gemacht, junge Menschen für ihre Umwelt zu sensibilisieren und zu begeistern. „Wir möchten Kinder nicht nur über Sachwissen ansprechen, sondern auch über die Sinne erreichen“, so Dr. Sylvia Drews, Mitarbeiterin von ERNA. „Es sollen Lernerlebnisse geschaffen werden, die für Nachhaltigkeit sorgen.“

Ende der 1990er Jahre wurden bundesweit einige Naturlehrpfade aufgestellt: Man geht eine bestimmte Strecke durch die Natur und am Wegesrand stehen Tafeln mit Informationen über die Dinge, die man unterwegs sehen kann. Das ist eigentlich eine schöne Sache – aber so ein Lehrpfad reicht nicht unbedingt aus, um Kindern und auch Erwachsenen die Natur nahe zu bringen.

Dr. Werner Sach, Gründer von ERNA, zitiert dazu gern Konfuzius: „Erzähle mir und ich vergesse, zeige mir und ich erinnere, lass mich etwas tun und ich begreife.“ Deswegen wird erlebnis- und handlungsorientiertes Lernen bei ERNA großgeschrieben.

Im Jahr 2004 wurde ERNA als außerschulische Bildungseinrichtung zur Förderung der Umweltbildung gegründet. Vom Ministerium für Umwelt und Bildung ist ERNA als Bildungseinrichtung für Nachhaltigkeit zertifiziert.

Der Verein ist nicht nur auf verschiedenen Veranstaltungen wie Märkten präsent, er bietet in erster Linie für Kinder-, Jugend- sowie Erwachsenen- gruppen ein umfangreiches Programm mit erlebnis- und handlungsorientierten Aktivitäten. Auf spielerische Weise lernt man die Natur zu verstehen und auch zu schützen. Oft bekommen Kinder im Alltag zu wenig Zeit, sich mit der Natur auseinanderzusetzen. Die Folge ist Entfremdung. Dabei sind Erlebnisse in der Natur für Kinder enorm wichtig. „Durch Naturerlebnisse entwickeln sich zum Beispiel Intelligenz, Sozialverhalten und auch das Selbstbewusstsein“, weiß Dr. Sylvia Drews. „Daher ist es wichtig, bei den Kindern die Begeisterung für die Natur zu wecken.“ Und das funktioniert am besten, wenn alle Sinne angesprochen werden. Dr. Werner Sach: „Die Grundlagen sind praktische Tätigkeiten. Zum Beispiel das Bauen eines Insektenhotels. Das können die Kinder später mit nach Hause nehmen und stolz darauf sein.“ Naturerlebnisse regen zum Weiterdenken an – und prägen für die Zukunft. Neben den verschiedenen Bildungsangeboten für Kindergärten, Schulen sowie Privat-



Dr. Sylvia Drews und Dr. Werner Sach vom Verein Erlebnis Natur sind sich einig: „Kinder müssen die Natur mit allen Sinnen kennenlernen.“

Liebe Fastenfreunde,

stärkt Euer Immunsystem! Ich biete Fastenwandern nach Dr. Otto Buchinger in Timmdorf bei Malente an. Freut Euch auf Bilderbuchwanderungen entlang der Seen und durch die Wälder der Holsteinischen Schweiz – und an den langen Sandstränden der Ostsee von Sierksdorf bis Timmdorfer Strand. Natur pur mit nachhaltiger Fastenverpflegung und Unterbringung im idyllisch gelegenen Landgasthof Kasch (www.landgasthof-kasch.de). Die Unterbringung erfolgt in ruhigen Doppelzimmern zur Einzelbenutzung. Individuelle Begleitung, viel Erholung, Entspannung und Ruhe. Fasten ohne Chi Chi, weniger ist mehr!

„Verzicht nimmt nicht, Verzicht gibt.“

Er gibt die unerschöpfliche Kraft des Einfachen.“ Martin Heidegger

Folgende Termine 2021 stehen zur Auswahl!

09.01. - 16.01.2021	23.01. - 30.01.2021	06.02. - 13.02.2021
20.02. - 27.02.2021	06.03. - 13.03.2021	20.03. - 27.03.2021
10.04. - 17.04.2021	14.08. - 21.08.2021	11.09. - 18.09.2021
23.10. - 30.10.2021	06.11. - 13.11.2021	20.11. - 27.11.2021
04.12. - 11.12.2021	Eine Woche Fastenwandern ab 650,00 Euro	

Enthaltene Leistungen:

- Begleitung in der Fastenwoche durch den ärztl. geprüften Fastenleiter Marcus Worscheck
- 7 Übernachtungen im Einzelzimmer Doppelzimmer/Ferienwohnung
- Tägliche Touren wie Wanderungen, Fahrradtour oder Nordic Walking,
- Tägliche Verpflegung, alles Bio mit frisch zubereiteten Säften und Suppen, sowie aromatischen Kräutertees und Wasser im Seminarraum



- Bewegungs- und Entspannungseinheiten wie Entspannungs-yoga, Thai Chi und Qi Gong
- Irrigatoren
- Nordic Walking Stöcke, Wärmflaschen und Decken stehen zur Verfügung
- Alle Fahrten sind kostenfrei

Anmeldung unter www.fasten-in-malente.de

Zusätzlich Massage und Kosmetik Angebote buchbar.

Ich freue mich auf Euch!



Landgasthof Kasch
natürlich. herzlich. heimisch.

Dorfstraße 60 23714 Timmdorf Tel. 04523/3383
www.landgasthof-kasch.de



zulassen. Sie sollen sich ausprobieren dürfen.“ „Eltern haben oft ein schlechtes Gewissen“, vermutet Dr. Werner Sach. „Weil sie ihren Kindern vermeintlich zu wenig bieten. Dabei brauchen Kinder einfach Zeit in der Natur – denn Fantasie braucht Zeit.“

Die ERNA-Mitarbeiter erleben es häufig, dass Kindern die Fantasie fehlt. Bei gebuchten ERNA-Aktivitäten stehen manche Kinder oft ratlos dabei und brauchen eine Anleitung – es wird nicht mehr



Kinder sollten genügend Zeit bekommen, ihre Umwelt in Ruhe zu entdecken.

ausprobiert und getestet. Dr. Sylvia Drews: „Kinder müssen draußen frei spielen dürfen, um sich zu entwickeln.“

Auch erleben es die Mitarbeiter von ERNA häufig, dass Eltern nicht möchten, dass sich ihre Kin-

der dreckig machen. Auch haben viele Angst, dass sie sich verletzen könnten. Parallel werden viele Kinder mit diversen Hobbys und Unterricht zu stark gefordert, sodass kaum noch Zeit übrigbleibt, in der sie sich frei in der Natur bewegen können.

Dabei ist es so wichtig, die Natur mit allen Sinnen kennen zu lernen. Das ist auch der Grund, weshalb das Thema Ernährung bei ERNA künftig eine größere Rolle spielen wird. Die Kartoffel macht den Anfang. ERNA plant eine tolle Aktion für Kindergärten: „Wir suchen die schmackhafteste Frühkartoffel!“

„Die Kartoffel ist vielfältig einsetzbar und überall präsent“, informiert Dr. Werner Sach. „Es gibt rund 5.000 verschiedene Sorten.“ Und damit von den Eltern nicht nur immer dieselbe Sorte im Supermarkt eingekauft wird, sollen die Kinder verschiedene Sorten im Kindergarten kennenlernen – und lernen, sie kritisch zu beurteilen.

Die Mitarbeiter der Kindergärten sind daher aufgerufen, sich bei ERNA zu melden. Bei einem Bio-Bauernhof aus Niedersachsen werden verschiedene Bio-Pflanzkartoffeln für die Kindergärten bestellt. Gern auch alte, schmackhafte Sorten wie die Blaue Anneliese oder Heiderot, die kaum noch jemand kennt. Das Ziel der Aktion ist auch, die Vielfalt der Kartoffel zu erhalten und alte Sorten wieder aufleben zu lassen.

Die Kinder lernen durch die Aktion auch, Verantwortung zu übernehmen. Sie müssen sich um die Kartoffelpflanzen



Hannes (li.) und Mats gehören zu den ERNA-Eulen und genießen die spannenden Aktivitäten in der Natur.

kümmern. Pflagehinweise dazu liefert ERNA. Da kann eigentlich nichts schief gehen. „Bei der Pflanzenpflege entwickelt sich sicher auch ein gewisser Ehrgeiz“, vermutet Dr. Werner Sach. „Das bleibt in Erinnerung. Die Pflanzen sollen wachsen und gedeihen.“ Wenn die Frühkartoffeln ab Anfang Juni geerntet werden, soll es eine Verkostung geben. Die Kinder sollen die Vielfalt der unterschiedlichen Knollen probieren. „Das ist für die Kinder ein Einstieg in die kritische Betrachtung von Lebens-

mitteln.“ Sollte ein Kindergarten keine eigene Küche zur Verfügung haben, kann nach Absprache auch gern die Küche im ERNA Erlebnishaus im Diekstauen 5a (hinter dem Eutiner Tierheim) genutzt werden.

Wer die ERNA-Eulen zukünftig tatkräftig unterstützen möchte – helfende Hände sind immer herzlich willkommen – meldet sich einfach bei ERNA. Genauso wie die Kindergärten, die bei der Kartoffel-Aktion mitmachen möchten. Alle Kontaktdaten finden Sie im Internet unter: www.erna-eutin.de

Wiederaufladbare Hörsysteme
bequem - einfach - zuverlässig - nachhaltig

Nachhaltig-Hören-Aktion

Gegen Vorlage dieser Anzeige erhalten Sie zu einer Neu-Versorgung mit Akku-Hörsystemen das **Ladegerät kostenlos**

...nie wieder Batterien wechseln

Dr.PISTOR Hörsysteme
Eutin Neustadt Oldenburg Heiligenhafen
www.dr-pistor.com Infos unter **04521 3181**

KANN DAS TRAGEN VON BRILLEN DEN OZEAN SCHÜTZEN?
JA! JEDE BRILLE = 10M² SAUBERER OZEAN!

Nachhaltigkeit!
Für uns schon heute eine Verpflichtung.
Brillenfassungen aus Meeressmüll!

Schmidt's Augenblick
Langenrade 2 b
24326 Ascheberg
Tel. 04526 / 33 82 - 81 | Fax - 84
www.schmidts-augenblick.de

Regional ist ideal:

Geschmack, Frische und Qualität gleich „um die Ecke“

Einkaufstour zu heimischen Landwirten und Produzenten

Regional ist ideal – kein origineller, aber ein ziemlich zutreffender Spruch, denn in Sachen Klima, bewusster Ernährung und Nachhaltigkeit kann man kaum besser einkaufen als im Hofladen direkt beim Produzenten. Und wir hier oben haben es da wirklich leicht, denn es gibt alles, was wir zum Leben brauchen, praktisch um die Ecke. von den Kartoffeln über den Schweinebraten bis hin zu frischen Eiern oder den köstlichsten Backwaren aus heimischen Backstuben. Alles wird frisch hergestellt, wächst auf den Feldern hier in der Region, produziert mit Liebe, Erfahrung und Kompetenz in oftmals kleinen Familienbetrieben. Viele der regionalen Hersteller, Landwirte oder kleine Manufakturen, haben Hofläden, in denen sie ihre Produkte und auch eine Auswahl der ihrer Kollegen verkaufen. Die meisten Produkte kann man nahezu unverpackt kaufen, dafür weiß man genau, wo Fleisch, Eier, Kartoffeln und



das der Durocschweine, ebenfalls eine alte Haustierrasse mit köstlichem Fleisch. Daraus machen heimische Schlachter köstliche Sattelbeißer, deftige Kohlwurst, aber auch Leberwurst, Wiener und vom Filet bis zum Krustenbraten alles, was man vom Schwein so machen kann. Bauernhähnchen und Perlhühner runden den Nutztierbestand ab – und während die Hähnchen es nett finden, auf der Wiese neben den Legehennen zu picken, machen es sich die Perlhühner, deren Fleisch so delikats an Wild erinnert, auf dickem Stroh bequem. Die Spezialitäten vom Schwein, die Hähnchen und das Perlhuhn gibt es immer donnerstags, freitags und samstags im Hofladen – und rund um die

**LIENSFELDER
LANDHOF** 

Ernteangebot

25-kg-Kartoffeln

Linda/Belana/ Birgit

15,- €

Im Dorfe 2 | 23715 Liensfeld
Tel. 0 45 27 - 4 62
www.liensfelder-landhof.de

Co herkommen. Ja, zu dem Einen oder Anderen fahren wir mit dem Auto, dafür aber fallen ja auch die Transportwege, auf denen die Produkte sonst in Supermärkte oder auf die Wochenmärkte kämen.

Hier zu kaufen, ist aus vielen Gründen nachhaltig – allein schon, weil unsere Landwirte ihre Felder nachhaltig

bewirtschaften, ihre Tiere so artgerecht wie möglich halten, das Futter aus der Region beziehen. Und weil schmeckt, was bei uns wächst.

So hat kaum ein Schwein, das zum Verzehr bestimmt ist, es so gut wie die Schweine der Familie Schramm in Schwienkuhlen. Sie leben in großen Schweinebuchten auf Stroh, bekommen feine Gerste vom Nachbarn und dürfen ganz in Ruhe groß werden. Masse ist nicht das, was die Schramms wollen – ihnen liegt das Wohl ihrer Tiere am Herzen und das ihrer Kunden gleichermaßen. Sie züchten nicht umsonst seit den 90er Jahren Angler Sattelschweine und haben diese alte Haustierrasse so mit vor dem Aussterben gerettet. Denn ihr Fleisch war ein bisschen aus der Mode gekommen, nicht ergiebig und mager genug, aber aromatisch, marmoriert und von hervorragender Qualität. Heute wird das Fleisch der schwarz-rosa Scheine gerade deswegen geschätzt – und Bauer Schramm ist zu einer echten Marke geworden. Ergänzt wird das Fleisch der Angler Sattelschweine durch

Uhr am Automaten auf dem Hof. Hier kann man sich unkompliziert und lecker bedienen, neben den Fleisch- und Wurstwaren gibt es frische Eier,

Hofladen

mit eggsquisiten
Eiern und Nudeln
aus dem
Hühnermobil!



Eggsquisit
aus Wulfsdorf

Dorfstr. 1a
23684 Wulfsdorf-Scharbeutz
0176-32524482



Bauer Schramm  

Fleisch und
Wurstspezialitäten von
alten Schweinerassen und
Bauernhähnchen.

Kassler & Kohlwurst

HOFLADENZEITEN

Do.	14:00 - 18:00 Uhr
Fr.	09:00 - 12:00 Uhr 14:00 - 17:00 Uhr
Sa.	09:00 - 12:00 Uhr

NEU! Unser »Bauer Schramm«-Automat hat 24/7 für Sie geöffnet! Sie finden ihn direkt an der L184 in Schwienkuhlen!

Schwienkuhlen 28 • 23623 Ahrensböck
Tel. 04525 - 1812 • www.BauerSchramm.de

BioHof 

Frische Bio-Eier
aus
Mobilstallhaltung

Frohberg

**Unsere Eier erhalten Sie täglich
von 7.00 bis 21.00 Uhr im SB-Eierhäuschen am Hof**
sowie bei Bäckerei Klausberger am Markt in Eutin / Malente,
Bioladen Mehrblick, Haffkrug • Dit & Dat Biomarkt, Neustadt i. H.
Wilde Rübe Bioladen, Oldenburg i. H.

Dosenredder 145 a, 23701 Eutin, Tel.: 04521/774717

Milch, Joghurt, Kartoffeln und die in der Küche der Schramms frisch gekochten Speisen wie Hühnerfrikassee, -suppe oder -curry im Glas. Liebhaber feinen Rindfleisches werden das Fleisch der Galloways von unseren Wiesen lieben, denn es ist eine echte Delikatesse – zart, hochwertig und nachhaltig produziert wie auf dem Hof von André Thamm ist es und die zotteligen Rinder sind zudem auch noch ausgezeichnete Landschaftspfleger. Wer ausgeprägten Fleischgeschmack mag und gutes Rindfleisch liebt, wird die Spezialitäten vom Galloway nicht mehr missen wollen – neben dem frischen Fleisch verkaufen die Züchter der Region oftmals auch feine Wurstspezialitäten von der Salami bis zum Sauerfleisch.

Auf dem Bio-Hof der Familie Frohberg im Eutiner Dosenredder möchte man gern Huhn sein, denn in den Mobilställen haben die Hühnerdamen

immer einen warmen, gemütlichen Rückzugsort, Platz und Ruhe zum Eierlegen und eine Wiese, auf der sie immer Gras und leckere Würmer scharren können. Die Ställe werden alle 14 Tage umgestellt, auch damit das Gras sich erholen kann und der Boden nicht überdüngt wird. Nicole und Frank Froberg haben in den vergangenen Jahren



auf Bio umgestellt – aus Überzeugung und weils einfach nachhaltig ist. Biologisch angebautes Futter für die gefiederten Damen, keine Pestizide, an Antibiotika gar nicht zu denken. Dafür Platz, frische Luft, gutes Futter. Das danken die Hühner mit Bio-Eiern mit einem wirklich dottergelben Dotter, die schmecken, wie sie sollen: Nach Ei. Es gibt sie am Eierhäuschen direkt auf dem Hof.

Im Herzen von Liensfeld liegt der Liensfelder Landhof der Familie Wülfen.

Hier bauen Jan-Henning und Inga Wülfen zum einen allerfeinsten Ostholsteiner Spargel an – den gibt es zwar nur von Mai bis Juni, dafür schmeckt er aber auch einfach herrlich. Allerdings gilt das auch für die Kartoffeln, die sich großzügig ganzjährig zeigen – die ersten sind frühe Sorten wie die Annabelle oder die Ballerina, sie sind lecker, zart und müssen nicht geschält werden, das mindert die Arbeit, optimiert den Geschmack. Echte Geschmacksheldinnen sind dann die Kartoffeln, die sich Ende Juli bereit machen,



und sind viel mehr als nur eine Beilage.

Weit von „nur“ Beilage für Wurst, Käse, Marmelade entfernt sind die Brote und Brötchen unserer heimischen Bäcker – sie punkten mit Geschmack und Zutaten, die sich sehen lassen können. So entstehen in der Backstube der Eutiner Bäckerei Klausberger unter der Leitung von Bäckermeisterin Anja Klausberger aus besten Zutaten zahllose Brot-

sorten, die für wirklich jeden das Lieblingsbrot bereithalten, knusprige Brötchen, feinste süße Gebäcke und natürlich in der Weihnachtszeit Klausbergers

legendärer und mehrfach prämierter Stollen. Was aus der Tüte kommt in heimischen Backstuben nicht ins Brot, nur das, was wirklich reingehört – und das macht dank schonender Verarbeitung, viel Zeit und der Handwerkskunst der BäckerInnen Geschmack und Qualität aus. Wann immer möglich werden regionale Zutaten verwendet – so wie bei den Klausbergers die Bio-Eier vom Froberg Hof oder auch Mehl aus Nord-

deutschland. Auf's frische Brötchen vom Bäcker um die Ecke passt ein Fruchtaufstrich oder die feine Schoko-Nuss-Creme aus der Snabbelsnuut. Das kleine Geschäft in der Malenter Bahnhofstraße macht seinem Namen alle Ehre – denn Snabbelsnuut heißt so viel wie Naschkatze, und die macht Familie Butenhoff hier glücklich: Mit ihren hausgemachten Fruchtaufstrichen und Chutneys, mit Sirup, Balsamico und viel Köstlichem aus Früchten mehr.

Außerdem gibt es die eigens für die Snabbelsnuut gemischten Teesorten, die keine Wünsche offen lassen. Platz haben in der Snabbelsnuut auch andere kleine Manufakturen aus Norddeutschland, die Liköre und Schokoladen, aber auch Papeterieprodukte, Wolliges, Schmuck und anderes



Schönes herstellen. Kleine Familienbetriebe, die Köstliches produzieren, nachhaltig, liebevoll und mit einem großen Engagement – wer bei ihnen einkauft, stärkt eben die kleinen Betriebe vor Ort, schützt die Umwelt, aber bekommt vor allem Qualität, Frische und Geschmack. Und das von „um die Ecke“.



snabbelsnuut
Die Genussmanufaktur - nordisch lecker

Leckeres und Handwerkliches aus dem Norden

Bahnhofstraße 43 * 23714 Malente
www.snabbelsnuut.de
snabbelsnuut@gmx.de
Tel. 04503 - 7928944 





100% Genuss
Natürlich & Gesund



100% Tierwohl



Genussfleisch Galloway

Am Liethberg 1, 23823 Seedorf OT Weitewelt
Tel. 0451 140 33 174 o. 0176 103 97 659
info@genussfleisch-galloway.de
www.genussfleisch-galloway.de



Klausberger
Stadtbackerei
Holsteiner Backwaren

Wir backen mit Eutiner Bio Eiern und grünem Strom der Eutiner Stadtwerke



Vom Biostübchen zum Naturkostmarkt:

„Am Anfang wurden wir noch viel veräppelt“

Seit 40 Jahren Anlaufpunkt für Bio-Fans, Ernährungsbewusste und Genießer

40 Jahre alt ungefähr ist die Bio-Bewegung in Deutschland – und so alt ist auch der Eutiner Naturkostmarkt im Industriegebiet. Wie die Bio-Bewegung selbst hat er sich verändert, aber seinen Prinzipien treu geblieben. Was als kleines Lädchen mit Getreide, Milch und den ersten Bio-Produkten begann, bietet heute alles, was man zum Leben braucht. Nur eben bio und ein bisschen entspannter.

Der Naturkostmarkt ist einer der ersten Bioläden Deutschlands – am 27. August 1980 öffnete er in der Schloss-Passage in der Lübecker Straße als „Bio-Stübchen“. „Auf 25 Quadratmetern und mit einem kleinen Kühlschrank mit zehn Litern frischer Milch“, erzählt Inhaberin Heike Andersen. „Damals haben wir noch alles selber gemischt und abgefüllt.“ Müsli wurde in Babybadewannen gemischt, das Getreide kam in großen Säcken und wurde selber abgewogen und in Papiertüten gefüllt, die Milch kam per Milchwagen und erst im Bioladen in die Flaschen, „wir haben auch Honig und Genussmuse noch selber abgefüllt. Am Anfang wurden wir noch viel veräppelt, da waren wir die Ökos“, schmunzelt Heike Andersen, das aber habe sich spätestens 1986 mit Tchernobyl geändert. „Plötzlich wollten alle Sachen aus der letzten Ernte und kamen zu uns.“

Und dann kam die Bio-Bewegung ins Rollen – Ökos wurden zu Anfang die genannt, die weniger Fleisch aßen, auf die Herkunft ihrer Lebensmittel achteten, gar Brot selber backten. Zudem sei Bio damals der



Heike Andersen kennt ihren Naturkostmarkt vom ersten Tag an – so wie das Brennnessel-Shampoo von Logona und das Rapunzel Original Müsli, die beiden Produkte, die sich auch nach 40 Jahren immer noch großer Beliebtheit erfreuen. Ebenso wie der Eutiner Naturkostmarkt.

Bio ist für jeden gut. Keine Pestizide in der Landwirtschaft, die Stärkung kleiner Produzenten, faire Bedingungen und vor allem: Einfach gute Lebensmittel. „Aufgeweichtere“ Bio-Zertifikate machten nach und nach möglich, dass es Bio nicht mehr nur im Bioladen gab – die wirklichen Spezialisten für Bio-Lebensmittel, Naturkosmetik und Co aber sitzen nach wie vor genau dort. So kann das Team des Naturkostmarktes ganz entspannt und kompetent Auskunft zu Herstellern und Inhaltsstoffen geben, weiß genau, was es im Sortiment hat.

Nach Zwischenstationen in der Albert-Mahlstedt-Straße ist der Naturkostmarkt 2001 ins Industriegebiet umgezogen – 200 Quadratmeter Platz für feinstes Bio vom Müsli über Naturkosmetik bis zur Feinkost. „Unser Sortiment wurde immer größer“, erzählt Heike Andersen, „immer mehr Menschen wollten Bio.“ Das, was in den 80ern als schräge Nische mit Jutasche begann, war ganz normal geworden, gut normal. Mittlerweile ist das Sortiment des Naturkostmarktes mit mehr als 4.000 Artikeln des kompletten Lebensbereiches an das eines konventionellen Supermarktes angelehnt, nur die Inhaltsstoffe der Produkte, oftmals auch die Herkunft und die Verarbeitung sind grundverschieden.

„Die Lebensmittel sind noch mehr Lebensmittel“, sagt Heike Andersen, „es ist einfach deutlich weniger drin, keine Geschmacksverstärker oder Farb- und Konservierungsstoffe.“ Die meisten Biohersteller handeln nach wie vor nach der Maxime: Blasse deine Lebensmittel so natürlich wie möglich. Gleiches gilt für die Naturkosmetik – in den meisten Produkten ist nur drin, was unbedingt rein muss. Das schmeckt und spürt man.

Und das ist es, was die Menschen an biologisch angebauten und hergestellten Produkten schätzen – und so mit dem Kauf von Bio-Produkten ein ganzes Stück Nachhaltigkeit leben. „Das Gesamtkonzept Bio ist nachhaltig, Anbau und Produktion klimafreundlicher“, sagt Heike Andersen, „uns wäre bio und regional kombiniert am liebsten, das geht natürlich nicht, aber wo immer es möglich ist, versuchen wir es.“ Ihr Großhändler in Hamburg bezieht Obst und Gemüse aus dem Norden, so ist Saisonales wie Kohl, Kartoffeln, Rote Bete und Wintersalate regional – ebenso wie die Produkte vom Bauhof oder die Backwaren von der Mühlenbäckerei. Viele

der Bio-Produzenten sind Familienbetriebe – Rapunzel, der Bauhof, die Naturkostafterei Voelkl. Sie alle begleiten Bio-Fans schon seit Jahrzehnten, so wie der Naturkostmarkt.

Heute ist Bio für viele selbstverständlich, für andere ein Lebensstil und dann sind da die, ohne despektierlich sein zu wollen, eingefleischten Ökos, die seit 40 Jahren im Eutiner Bioladen einkaufen, einfach weil sie wissen, was sie daran haben. „Einige der Kunden von vor 40 Jahren kommen immer noch zu uns“, freut sich Heike Andersen, „viele entdecken uns neu. Beides ist toll.“ Es ist eine bunt gemischte Kundenschar, die sich über den Naturkostmarkt freut – von Studenten über junge Familien, Menschen, die auf ihre Ernährung achten oder festgestellt haben, dass Bio einfach schmeckt, und Menschen mit Unverträglichkeiten oder Allergien. Sie alle finden hier, was sie brauchen – sogar der eine oder andere Sonderwunsch kann erfüllt werden, weil es hier persönlich, fast ein bisschen familiär zugeht und man hinter jeder Maske das Lächeln sehen kann.

Genuss am Fluss

an der Schwentine in der Innenstadt von Plön – Lübecker Straße 10 / UG: Täglich frischer Mittagstisch, Tartes und Quiches, Kuchen u.v.m.

Immer frisch, regional, oft bio & vegan.



Bestellung ist unter Tel. 04522 / 7 46 44 52 oder whatsapp 0151 / 19 12 62 22 möglich.

Unseren Speiseplan finden Sie u.a. auf Facebook unter „Tarte in Plön“.

Naturkostmarkt Eutin

auf 250 qm mehr als 6 000 Artikel

- täglich frisches Obst und Gemüse
- täglich frisches Brot und Kuchen
- Babynahrung
- exzellente Weine
- vegetarische und vegane Produkte



Mo.-Fr. 9.00-18.30 Uhr · Sa. 9.00-14.00 Uhr
Industriestraße 5a · 23701 Eutin · Tel. 04521-71315

Wir sagen unseren treuen Kunden DANKE für das vergangene Jahre und wünschen alles Gute für 2021!

Unser Tipp:

Alte Smartphones tun Gutes

Wohin mit dem alten Handy? Statt in der Schublade vor sich hin zu liegen, gibt es mittlerweile Orte und Institutionen, wo man es abgeben kann und es wiederverwertet wird – unter anderem sind das: handsvuerdieumwelt.de, flip4new.de oder labdoo.org. Hier können noch funktionsfähige Geräte super da eingesetzt werden, wo sie dringend gebraucht werden. Kaputte Handys leisten ihren Beitrag zum Umweltschutz, indem ihre wertvollen Inhaltsstoffe ausgebaut und wiederverwertet, der Rest recycelt wird.

Strom - Heizung - PKW-Ladest.
umstellen auf die kostenlose Sonne
www.stoltenberg-energie-group.de • 043 44 - 4 11 00

Kann mein Kaffee unfair sein?

Was bedeutet eigentlich Fairtrade?

Noch immer werden in vielen Ländern der Welt Arbeitskräfte ausgebeutet, Bauernfamilien kommen mit ihrem Ertrag kaum über die Runden und Kinder arbeiten von früh bis spät, anstatt zur Schule zu gehen, damit wir in den reichen Industrieländern auch exotische Produkte wie Kakao, Kaffee, Bananen, und Baumwolle, aber auch alltägliche vermeintlich bedenkenlose Produkte wie Wein, Honig, Zucker und Rosen möglichst günstig und in großen Mengen zur Verfügung haben. Fairtrade, in Deutschland durch die 1992 gegründete Initiative TransFair e.V. vertreten, setzt sich für fairen Handel, angemessene Löhne, sowie ökologische und ökonomische Standards ein und markiert entsprechende Produkte für den Konsumenten deutlich sichtbar mit einem Fairtrade-Siegel.



Das Fairtrade-Siegel bürgt dafür, dass das Produkt wie auch seine Rohstoffe unter fairen Bedingungen hergestellt wurde.

Verschiedene Siegel kennzeichnen, ob das gesamte Produkt unter Fairtrade-Standards hergestellt wurde (beispielsweise bei Kaffee), nur einige Bestandteile eines Mischprodukts (zum Beispiel fair gehandelter Kakao in Schokolade), oder ob die Rohstoffe (beispielsweise die Rohbaumwolle in einem T-Shirt) fair gehandelt wurden. Sind Produkte mit einem Fairtrade-Siegel versehen, kann sich der Verbraucher darauf verlassen, dass sie über die gesamte Produktionskette zurückverfolgbar sind, ohne Kinderarbeit hergestellt wurden, keine gefährlichen Pestizide eingesetzt wurden und die Arbeitsbedingungen menschenwürdig sind. Durch einen Mindestpreis gibt Fairtrade auch Kleinbauernfamilien die Gewissheit stabiler Preise, fordert demokratische Organisationsstrukturen, um Ausbeutung und Kinderarbeit zu verhindern und fördert den Bio-Anbau zusätzlich. Durch regelmäßige Kontrollen wird die Einhaltung der Standards überwacht.

Eine der Kampagnen von Fairtrade ist „Fairtrade Towns“ - und Eutin gehört dazu: Am 23. November 2013 wurde Eutin deutschlandweit die 214. Fairtrade-Stadt. Damals war sie die erste Fairtrade-Stadt in Ostholstein - inzwischen haben auch Fehmarn (2018) und Oldenburg i.H. (2020) den Titel Fairtrade-Town zugesprochen bekommen. In ganz Deutschland haben sich bereits über 700 Städte dem Konzept angeschlossen, weltweit gibt es bereits über 2000 Fair-

trade-Towns in 36 Ländern.

Um Fairtrade-Town zu werden, muss eine Kommune fünf Kriterien erfüllen: Erstens muss ein offizieller Ratsbeschluss gefasst werden, zweitens eine Steuerungsgruppe gebildet werden. Diese Steuerungsgruppe koordiniert sämtliche Aktivitäten und vernetzt die einzelnen Akteur*innen. In Eutin war bis 2019 die Fairtrade-Initiative (später PlanE) gleichzeitig als Steuerungsgruppe aktiv, zur Rezertifizierung bildete sich eine neue Steuerungsgruppe um Bürgervorsteher Dieter Holst - erst am 12. Dezember fand auf dem Markt eine Adventsaktion statt, auf der Maskottchen fair gehandelten Kakao verteilten.

Drittens müssen - je nach Einwohnerzahl - lokale Einzelhandelsgeschäfte, Cafés, Restaurants und Floristen verschiedene Fairtrade-Produkte anbieten. Aber nicht nur die Wirtschaft, auch die Zivilgesellschaft muss den Fairtrade-Gedanken unterstützen: Viertens müssen sich unter Schulen, Vereinen, Kirchengemeinden oder ähnliche

Akteur*innen finden, die einmal jährlich eine Aktion zum fairen Handel durchführen. Zu guter Letzt muss öffentlichkeitswirksam gearbeitet werden: Mindestens vier Artikel in regionalen Medien müssen zum Zeitpunkt der Zertifizierung vorliegen. Eutin hat alle diese Kriterien erfüllt, 2019 wurde der Antrag auf Rezertifizierung bestätigt und die Stadt somit bis 2021 Fairtrade-Town. Damit das kein leeres Versprechen bleibt, kann jede*r einzelne Bürger*in etwas tun: Einfach mal beim nächsten Einkauf die Augen offenhalten und die Entscheidung zugunsten des fair gehandelten Produkts treffen!

Unser Tipp:

Umweltschonendes Kochen

Beim Kochen lässt sich die Umwelt prima schonen – angefangen beim Einkauf regionaler, saisonaler Lebensmittel über das Achten auf die Verpackungen und ihr Recycling bis hin zum Einfrieren oder Aufbewahren der Reste im Kühlschrank. Die sind nämlich am Tag darauf eine super Vorspeise – reicht es für eine Portion zum Einfrieren, freuen Sie sich irgendwann, wenn Sie ein fertiges Essen in der Tiefkühltruhe haben.

Aus Gemüseschalen von Karotte, Kartoffel, Kohlrabi und Co kann übrigens eine super Gemüsebrühe entstehen – und wer die Rinde seines Käses nicht wegwirft sondern einfriert und beim nächsten Eintopf oder der Minestrone mitkocht, freut sich nochmal über ihre Aromen.

Bei vielen Gerichten kann man sich das Vorheizen des Backofens sparen, denn die Zubereitungszeit verlängert sich nur minimal, dafür verringert sich der Stromverbrauch. Wer doch vorheizen will, achtet darauf, das so spät wie möglich zu tun, um den Ofen nicht unnötig lang leer laufen zu lassen.

FR

Tel. 0 43 71-88 08-0

**Abbruch
und Recycling sind
nachhaltig und
grün - FR**

Fehmarn Recycling

Containerdienst • Entsorgung • Abbruch
Landwirtschaftliche Lohnarbeiten • GaLaBau
Strohhandel • Baggerarbeiten

Fehmarn Tiefbau

Tiefbau • Kanalbau • Straßenbau
Pflasterarbeiten

Mummendorf
Hochfelder Mühle 2, 23769 Fehmarn
Tel. 0 43 71-88 08-0, Fax 0 43 71-88 08-88
e-mail: info@fr-fehmarn.de
www.fr-fehmarn.de

Ein Wald der vielen Möglichkeiten

Erhaltungs-Ziele: Erholung und Naturschutz im Gleichklang mit Wirtschaftlichkeit

Das Eutiner Forstrevier „Wüstenfelde“ ist Bestandteil des Schutzgebietes „Seen des mittleren Schwentine-Systems und Umgebung“. Revierleiter Alexander Decius hat eine Menge über seinen Arbeitsbereich zu erzählen, in dessen Mitte der sagenumwobene Uglei-See liegt. Wer dieses fischreiche Gewässer auf einem der vielen Spazierwege in einer knappen Stunde umrunden will, kann das machen. Aber dann kriegt er oder sie kaum etwas mit von dem, was da in den Wiesen und Auen oder im Wald an Fauna und Flora lebt. „Man sieht ja gar keine Tiere!“ hört man manchmal von Spaziergängern. Kein Wunder, denn Wildtiere leben in der Regel sehr zurückgezogen und sind zum Teil dämmerungs- oder nachtaktiv. Deswegen bleibt die tatsächliche Wilddichte vielen Menschen verborgen. „Wenn man hin und wieder innehält, kann man viele Tiere auch vom Weg aus beobachten“, sagt Revierförster Alexander Decius und meint damit wohl auch kleinere Tiere, wie Eichhörnchen, Igel, Haselmaus & Co. Und wenn man den Specht hämmern hört, kann man ihn manchmal leicht orten und sogar fotografieren. Wenn ein Waldbesucher das Geräusch einer Kettensäge höre, denke dieser oft: Hier wird mal wieder ein Baum gefällt, wie schade! Das sei, sagt der Förster, ein Problem für viele Menschen, die der Meinung seien, Natur-Nutz sei gleichzusetzen mit Natur-Schädigung. In Deutschland werde halt nicht – wie beispielsweise in Kanada oder in den USA – zwischen geschützten Wäldern (Nationalparks) und reinem Nutzwald (zum Beispiel zur Holzgewinnung für Papier) getrennt. Seit dreihundert Jahren gebe es in Deutschland nachhaltig genutzte Multifunktions-Wälder.

Multifunktion - das klingt ziemlich technologisch. Es heißt konkret: Die meisten Wälder in Deutschland dienen drei Haupt-Zwecken, und zwar: der wirtschaftlichen Nutzung, dem Naturschutz und der Nah-Erholung. Diese drei Aufgaben erfüllt auch der Eutiner Wald auf ein und derselben Fläche. Es sei



das Ziel, so Förster Decius, diese drei Funktionen in einem ausgewogenen Verhältnis zu halten. So sei es wichtig, auf die Dauer ein gesundes Waldklima am Boden zu bewahren.

Der Förster weiß, dass manche Menschen Anstoß daran nehmen, dass es keinen ordentlichen „Waldputz“ gebe, dass morsche Bäume oder die kleinen Äste gefällter Bäume an manchen Stellen einfach so herumliegen. Das sei aber notwendig, um Kleinstlebewesen wie Käfern und Insekten einen Lebensraum zu bieten, was letztendlich auch einer artenreichen Vogelwelt zugute komme. Und wenn es zu bestimmten Jagd-Zeiten im Walde knallt, dann gehe es hauptsächlich darum, den Bestand an Damwild, Rehen und Wildschweinen überschaubar zu halten und damit die Schädigungen durch Wildverbiss im Wald bzw. durch Wühlarbeit der „Schwarzkittel“ in der Landwirtschaft zu begrenzen.

Ob Bäume gefällt werden müssen (wegen Schädlingsbefall) oder gefällt werden sollen (weil sie sozusagen „erntereif“ sind), oder ob sie ein lebenslanges „Bleiberecht“ erhalten, erkennt man an verschiedenen Zeichen an den Bäumen, die uns Förster Decius „enträtselte“: Ein schräger heller Strich bedeutet: Dieser Baum wird entnommen. - Ein dicker weißer Punkt bedeutet: Wirtschaftlich wertvollster Baum, der noch an Umfang zunehmen soll. - Zwei waagerechte Striche bedeuten: Einfahrt zu einer sogenannten „Rückegasse“, über die gefällte Bäume herausgezogen werden, und zwar mit einem Fahrzeug. Doch die Befahrung findet nur auf der Rückegasse statt. So wird der Rest des Waldbodens nicht verdichtet. - Ein Dreieck bedeutet: Dieser Baum wird aus der Nutzung herausgenommen,

also nicht gefällt. Der darf alt werden. So gibt es eine ganze Anzahl 200 Jahre alter Buchen und Eichen im Revier Wüstenfelde.

Ein Förster rechnet vom Pflanzen bis zum möglichen Fällen eines Baumes 80 bis 180 Jahre. Wenn also eine Buche zum Beispiel 140 Jahre wachsen könne, bevor sie abge-sägt werde, dann sei dies - so Förster Decius - ein Vorgang, der dem Prinzip Nachhaltigkeit entsprechen. Von einem jährlichen Baumzuwachs von 7 bis 9 Festmetern pro Hektar und Jahr in seinem Revier würden lediglich 5,8 Festmeter wirtschaftlich genutzt.

Zur Hälfte bestehen die Baumarten im Revier Wüstenfelde aus Buchen, gefolgt von Eichen und verstreut vielen „Minderheiten“. Ansammlungen von Nadelbäumen gibt es vereinzelt dort, wo eher „ärmerer Boden“ vorherrscht, wie am Eutiner See. Eschen gibt es so gut wie keine mehr. Die meisten sind einem Pilz zum Opfer gefallen, und die übrig gebliebenen wird es auch dahinraffen. Geschädigt sind auch die Sitkafichten durch die gleichnamige Laus. Doch es ist zu hoffen, dass diese Fichten sich wieder erholen. Die Trockenheit im Jahr 2018, so Decius, habe den Bäumen schwer zu schaffen gemacht. Dadurch konnte sich der Borkenkäfer stark ausbreiten, der auch „Buchdrucker“ genannt wird, weil seine Larven Gänge in die Rinde graben, die an aufgeschlagene Buchseiten erinnern.

Im Gespräch mit Förster Alexander Decius kam unvermeidlich das Thema „Klimawandel“ auf Tapet. Dieser spiele, sagte Decius, in der langfristigen forstwirtschaftlichen und naturschützenden Planung eine große Rolle. Man könne zum Beispiel – aufgrund einer Kartierung von Bodenarten und Grundwasser-Verhältnissen – voraussagen: „Auf diesem oder jenem Boden kann die Buche, die Eiche – oder welcher Baum auch immer – noch in 50 Jahren gedeihen.“ Man müsse als Förster sowieso in größeren Produktions-Zeiträumen denken als ein Landwirt, der von Jahr zu Jahr planen (und Pläne anpassen) könne.

Damit der Wald für die Bevölkerung ein intakter Wald mit allem was darin lebt und wächst bleibe, sollten die Besucher ihren Beitrag dazu leisten, meint Förster Decius. Er beklagt, dass immer mehr Gartenabfälle im Wald entsorgt würden, wohl in der irrigen Annahme, man gebe doch nur der Natur etwas zurück. Es könnten jedoch fremde Arten von Pflanzen eingebracht werden, die die einheimischen verdrängen. – Auch bitte er Wanderer, die mitunter querfeldein durch den Wald stapfen, auf den Wegen zu bleiben, um das Wild nicht aufzustoßern und zu vergrämen. Vernunft und Respekt vor der Natur geböten es auch ohne eine Vorschrift, einen eigenen Beitrag zur Erhaltung des Waldes zu leisten. So könne er seine Dreierfunktion erfüllen: Wirtschaftlichkeit, Naturschutz, Erholung.



Ein Service unseres Sanitätshauses



Bequem von Zuhause: Rezept abfotografieren



Keine Wartezeiten: Rezept einfach hochladen



Einfach: Abschicken und zeitnah abholen



www.gzl.de

Der nachhaltige Genuss:

Wildfleisch aus heimischer Jagd

Wildfleisch, also Fleisch vom Reh-, Dam-, Rot- oder Schwarzwild (wie das Wildschwein in Fachkreisen genannt wird), ist so eine Sache – gut zubereitet ist es ein echter Genuss. Und zudem das nachhaltigste Fleisch, das man überhaupt verzehren kann. Komplett Bio, frei von Antibiotika oder Massentierhaltung, dafür ist seine CO2-Bilanz super, weil es seinen Biodünger überall verteilt. Die Transportwege sind denkbar kurz, wenn es aus der Region kommt – und der bewusste Einkauf wie auch der Verzehr heimischen Wildfleisches hilft beim Erhalt von Feld, Wald und Flur wie auch des Wildbestandes.



erst dann zur Verarbeitung freigegeben. Dafür arbeiten die Jäger mit für Wildfleisch zertifizierten Schlachtereien vor Ort zusammen, die das Fleisch für sie zu Braten, Rücken, Lachsen, Ragout, Steaks zerlegen und auch zu Wildwurstspezialitäten verarbeiten. Sicher in Sachen Qualität des Fleisches kann man also dann sein, wenn es vom örtlichen Jagdpächter oder Förster stammt oder vom Schlachter, der das Wildfleisch direkt aus der heimischen Jagd bezieht. Wer also das Schild

„Wildfleisch zu verkaufen“ am Wegesrand oder im Wald sieht, erkundigt sich am besten, wer der Wildfleischverkäufer ist, kann auch bei der Kreisjägerschaft nachfragen, wer auf der Fläche jagt. Wie man erkennt, ob es gut ist? Wie immer bei Fleisch zählen Geruch und Geschmack und wie es sich brät. „Viele sagen, sie mögen den Wildgeschmack nicht“, so Hans-Martin Hey, „aber dann haben sie schlechte Erfahrungen mit Wildfleisch gemacht, denn zu starker Wildgeschmack entsteht nur, wenn das Tier nicht ordentlich geschossen oder aufgebrochen wurde.“ Wildfleisch ist von Natur aus mager und von festerer Konsistenz – durch die natürliche Viel-

falt in der Ernährung ist Wildbret gut verträglich, reich an gesunden, ungesättigten Omega 3-Fettsäuren und hat ein differenziertes Geschmackspektrum. Es enthält eine ähnliche Konzentration an Nährstoffen wie andere Fleischarten, liefert aber vor allem Vitamine der B-Gruppe, Eisen, Zink und Selen. Wer Wild beim Händler oder im Supermarkt kauft, sollte sicher sein, dass es heimisches Wild ist, rät der Rixdorfer Förster Hans-Martin Hey. „Es ist auf der Fläche in der Region gewachsen, besseres Fleisch gibt es gar nicht. Aromatisch, zart und richtig lecker.“ Nachhaltig in jeder Hinsicht also – denn im besten Fall verringert zudem jedes Stück Wildfleisch, das verzehrt wird, die Nachfrage nach Fleisch aus Massentierhaltung. Etwas teurer als handelsübliches Fleisch ist es wohl, aber wer sein Fleisch ohnehin beim Schlachter oder beim Bauern um die Ecke kauft, wird darüber nicht verwundert sein, denn Fleisch ist ein hochwertiges Lebensmittel vom Tier, das sollte wertgeschätzt werden. Informationen über vertrauenswürdige Wildfleisch-Quellen in der Region gibt es beim Schlachter, Jagdpächter oder Förster vor Ort, den hiesigen Kreisjägerschaften und auch unter www.wild-auf-wild.de.

Unser Tipp:

Wer sich noch nicht so recht an Wildfleisch herantraut, es aber gern mal probieren würde, lässt sich von Jäger oder Schlachter Lachse vom Wildschwein geben, brät sie in der Pfanne kurz von beiden Seiten an, sodass sie innen rosa sind. Grobes Meersalz und frisch gemörserten Pfeffer drauf, Rosmarinkartoffeln aus dem Ofen und Feldsalat dazu und das Sonntagsessen ist fertig! Im Sommer macht sich Wild auch ausgezeichnet auf dem Grill, viele Jäger lassen feine Grillwürste aus Wildfleisch anfertigen, aber auch so ein Lachs oder ein Steak vom Hirsch sind sehr köstlich.

Wer in Ostholstein oder Plön jagen will, muss den Jagdschein machen und wird von der jeweiligen Kreisjägerschaft umfassend und umfangreich ausgebildet und geprüft. „Wir bilden so aus, dass die Anwarter eine Bindung zur Natur bekommen, wenn sie sie noch nicht haben“, sagt Otto Witt, „der Respekt und das Bewusstsein für die Mitgeschöpfe, die Empathie fürs Wild sind unerlässlich.“ Die JägerInnen schließen sich dann im besten Fall einer Jagdgenossenschaft an. Wer von diesen JägerInnen Wildfleisch verkauft, weiß genau, wie Wild geschossen, aufgebrochen und abgehängt wird – sie müssen sich zudem vom Gesundheitsamt als Lebensmittelhändler registrieren lassen. Jedes Stück Wild, das von einem Jäger geschossen und als Wildfleisch in den Verkehr gebracht werden soll, wird vom Tierarzt geprüft – und



SchimmelPeter
ALF Waterproofing GmbH



**FEUCHTE WÄNDE
NASSE KELLER
AUSBLÜHUNGEN
SCHIMMEL**

**IHRE SAUBERE
UND DAUERHAFT
LÖSUNG**

...müssen nicht sein!

ALF Waterproofing GmbH • Stoschstr.12
24235 Laboe • Telefon: 0800/0550770



Motorsägen



Ihr Fachgeschäft



23714 Malente · Marktstr. 1

Inh. Mirko Denker-Gosch
Tel. 0 45 23 - 16 42
www.woellert-malente.de



Mehr Raum schaffen.

Mit unserem neuen Modernisierungskredit.

- Bis zu 50.000 € sofort.
- Ohne Grundbucheintrag.

Lassen Sie sich beraten!
Bezirksdirektor
André Tamm
Albert-Mahlstedt-Straße 12
23701 Eutin
Telefon 04521 5151

Wir geben Ihrer Zukunft ein Zuhause.

Nachhaltig, pflegend, gut für Haut und Seele

Die SeifenDealer-Produkte aus Benz sind Nachhaltigkeit und Natur pur

Im Herzen von Benz, einem kleinen Dorf in der Nähe von Malente, entstehen Pflegeprodukte, die Natur pur sind und deren Nachhaltigkeit bis zum Kleber auf den Etiketten reicht. Liebevoll und fachkundig durchdacht bis ins Detail, gemacht mit einer Menge Herz und ausschließlich aus natürlichen Rohstoffen entstehen hier die feinsten Seifen, Handbalsam und Körpermousse, Duschzucker und Festes Shampoo, denn hier sind die „SeifenDealer“ am Werk. Hört sich gefährlich an, ist es aber nicht, ganz im Gegenteil – die Produkte tragen Namen wie Omas Leinen, Pipilotta, Badaboom oder Herr Lich, Jardin d’hiver oder Lustbirne. Sie stehen für den Duft von Seife, Körpermousse und Co, der eigens für die SeifenDealerin hergestellt wird. So riecht Omas Leinen wie frisch gewaschen, Pipilotta nach gebrannter Mandel und Zuckerwatte, Lustbirne nach herrlich reifer Birne – und jeder passt perfekt, macht gute Laune und begleitet entspannt und unaufdringlich durch den Tag.

Die SeifenDealer-Chefin ist Bettina Piel. Sie macht schon ihr Leben lang Seifen, hat die Rezepte und die Zutaten dafür immer weiter verfeinert und darauf aufbauend ihre Produktlinie erweitert. „Manchmal sieht es bei mir aus wie in einer Konditorei“, lacht Bettina Piel und wirft die große Küchenmaschine an. Für ihre Körpermousse, eine unglaublich zarte, reichhaltige Körperpflege, schlägt die SeifenDealerin Sheabutter wie Sahne auf, gibt dann vorsichtig Oliven- mit Mandelöl und einem Duft gemischt dazu, ein winziges Bisschen Stärke für die Konsistenz, noch einmal gut aufgeschlagen wird die Mousse dann durch eine Tülle in die Glastiegelchen gespritzt wie Buttercreme auf die Torte – und tatsächlich könnte man, wenn man wollte, die Körpermousse auch essen, denn wie alle SeifenDealer-Produkte besteht sie nur aus biologischen natürlichen Ölen und Fetten. „Nur schmeckt sie nicht so gut wie sie aussieht“, schmunzelt Bettina Piel.



ALLES WAS WIR TUN, TUN WIR
MIT HERZ UND VERSTAND,
DEM NÖTIGEN RESPEKT
ZUR NATUR UND
ZUM WOHLERGEBEN DEINER HAUT



**natürliche Körperpflege
aus liebevoller Handarbeit**

HANDGEMACHT | VEGAN
PLASTIKFREI | KEINE UMVERPACKUNG
FAIRHANDEL | BIO

BETTINA PIEL
Flehmer Strasse 91 23714 Malente

FON +49 1573 0048706
MAIL seifendealer@mail.de
WEB www.seifendealer.com

Die Glastiegelchen gespritzt wie Buttercreme auf die Torte – und tatsächlich könnte man, wenn man wollte, die Körpermousse auch essen, denn wie alle SeifenDealer-Produkte besteht sie nur aus biologischen natürlichen Ölen und Fetten. „Nur schmeckt sie nicht so gut wie sie aussieht“, schmunzelt Bettina Piel. Vier, maximal fünf Zutaten sind es, aus denen sie pflegende, natürliche, hochwertige Produkte herstellt. Die Inhaltsstoffe hat Bettina Piel



Könnte auch Buttercreme sein: Bettina Piel schlägt für ihre ergiebige und pflegende Körpermousse Sheabutter auf, versetzt sie mit Oliven- und Mandelöl und einem Düftchen. Fertig fürs Glastiegelchen.

auf die Bedürfnisse von Haut und Haar abgestimmt. Hochwertige Kakaobutter, Oliven- und Sonnenblumen- sowie ein Wirkstofföl wie Avocado-, Mandel-, Hanf- oder Walnussöl, dazu manchmal ein naturidentischer Duft. So gibt Walnuss-Öl dunklem Haar Glanz, Mariendistel belebt Locken, Weizenkeim und Olive pflegen Haar und Kopfhaut. Bei der Deocreme sind es Sheabutter und Kokosöl, die pflegen, Tonheilerde, die antibakteriell wirkt, und das Natron, das unangenehme Gerüche bindet. Das Handbalsam braucht neben Oliven- und Kokosöl auch Shea- und Kakaobutter und ein bisschen Mandelkernöl für die beste Pflege. Fertig. „Man braucht nicht viel, um ein gutes Produkt zu machen, aber gute Zutaten.“ Und eine schonende Verarbeitung. Bettina Piel macht ihre Seife im Kaltsiedeprozess, der dauert zwar etwas länger, verbraucht aber viel weniger Energie und erhält die wertvollen Inhaltsstoffe der Öle und Fette. Vielmehr wird dabei die Molekularstruktur der Zutaten aufgespalten – „das ist wie im Bällebad“, macht Bettina Piel deutlich, „das Gute ist in den Bällen, daher müssen sie aufgespalten werden.“ Das natürliche Glycerin wird dabei freigesetzt und geht eine Symbiose mit den anderen Inhaltsstoffen ein, sodass ein festes Seifenstück entsteht. Dann muss die Seife erstmal liegen, damit das Destillat verfliegt – wie lange, das entscheidet das Labor, in dem jedes Produkt geprüft wird. Bettina Piel hat ihre Produkte Naturkosmetik-zertifizieren lassen und bewusst eines der strengsten Labels gewählt – OrgNature betrachtet das ganze Produkt vom 100 Prozent pestizidfreien Rohstoff bis

zur Verpackung. „Das war uns wichtig. Bei uns zählt das Produkt, es geht nicht um schnelle Wirtschaftlichkeit sondern um gute Inhaltsstoffe und eine Verarbeitung, die keine Ressourcen verschwendet.“ Jeder Schritt, jedes Detail ist auf Nachhaltigkeit geprüft – so stecken die Seifen und Shampoos in Tütchen, die eigentlich Burger beherbergen, geschützt von MeatFolder, der in der Fleischerei zum Verpacken von Fleisch verwendet werden. „Man muss ja das Rad nicht neu erfinden sondern kann einfach das kreativ nutzen, was es schon gibt“, findet Bettina Piel. Die Körpermousse kommt in Glastiegel aus recycletem Glas, die sie sehr gern ausgewaschen wieder zurücknimmt. „Es war ja schon alles da, wir versuchen, das Ursprüngliche in die moderne Zeit zu holen, ohne Chichi und Überflüssiges.“ Die SeifenDealer sind längst ein Betrieb, der blattlos arbeitet und Ökostrom nutzt – und sogar der Kleber auf den Etiketten ist auf pflanzlicher Basis gemacht. „Und wer mag, bekommt die Produkte wenn möglich auch unverpackt.“ Unnötig zu sagen, dass von der Seife bis zum Duschzucker (aus Biozucker hergestellt und wunderbar schonend zur Haut) alles komplett mikroplastik- und mineralölfrei, vegan und bio sowieso ist. Nachhaltig ist an den SeifenDealer-Produkten auch, dass sie super ergiebig sind – ein Seifenstück kann locker monatelang halten, von der Körpermousse braucht man nur ein winziges bisschen. Und sogar die Seifenabschnitte werden nicht weggeworfen sondern zum Sonderpreis in kleinen Päckchen verkauft, toll zum Ausprobieren.

„Mein Traum ist es, meine Seifen irgendwann aus rein regionalen Zutaten zu machen“, sagt Bettina Piel. Diesem Traum kommt sie schrittweise näher – so kommt bereits das Walnussöl aus der Schweriner Schlossgärtnerei, das Hanföl von einem Schweriner Demeter-Landwirt, zudem könnte bald hochwertiges Ostholsteiner Rapsöl das Olivenöl ersetzen.



„Leider werden hier weder Kaka- noch Sheabutter angebaut“, seufzt Bettina Piel schmunzelnd, „aber wenn das passiert, dann kommen sie in meine Seife.“ Die SeifenDealer-Produkte können online bestellt werden, alle Informationen dazu finden sich unter www.seifendealer.org.

famila

besser als gut!

Neue Wege...

Wir tragen Ihren Einkauf nach Hause! Mich und die Gleichgesinnten aus Papier oder Stoff finden Sie an der Kasse.

1x kaufen, immer wieder mitbringen: Ich bin waschbar.

Der Umwelt zuliebe!

Es geht auch anders!

Plastik ist bequem, Plastik ist hilfreich – aber gleichermaßen verschmutzt Plastik unsere Ozeane und bleibt tausende Jahre bestehen. Diverse Früchte und Gemüsesorten werden bei famila längst nicht mehr in Plastikfolie eingepackt, weil sie durch ihre eigene Schale ausreichend geschützt sind.

Für das Nach-Hause-bringen Ihres Einkaufs bieten wir Ihnen diverse Alternativen zur Plastiktüte, die sich im Alltag bewährt haben. Dabei setzen wir auf Materialien aus nachwachsenden Rohstoffen und Wiederverwendbarkeit. Machen Sie mit: Der Umwelt zuliebe.

Ich bin die Neue in der Obst- & Gemüseabteilung – nur aus Papier und ganz kostenlos!

Mich gibt's in bester Bio-Qualität fast nackt und nur mit Banderole.

I'm green! Ich bestehe zum Großteil aus Zuckerrohr und bin 100% recyclingfähig.

Mehr rund ums Thema Nachhaltigkeit erfahren Sie auf www.famila-nordost.de



Blütenduft statt klinisch rein:

Ein Garten, der für alle da ist

Naturnahe Gartengestaltung für Mensch, Biene, Igel und Co

Wer heutzutage durch die Straßen schlendert, sieht sie immer öfter – Vorgärten, gestaltet aus Kies, Schotter und Steinwänden, manchmal sogar eingefärbt. Mit viel Glück kombiniert mit einem stylischen Pampasgras – nichts gegen Pampasgras, Gräser in jeder Form sind wunderbar, „sie liefern Grassamen für die Vögel und ihre abgeknickten Halme bieten Insekten über den Winter einen Unterschlupf“, sagt Dr. Hans-Hermann Buchwald, dessen Familie das Pflanzencenter Buchwald in Krummsee betreibt. „Aber in einem solchen Kiesgarten ist ihr ökologischer Mehrwert zwar da, aber minimal.“ Über Geschmack

lässt sich bekanntlich nicht streiten und es gibt sicher Menschen, die diese Gärten schön finden, sonst würden sie sie nicht anlegen lassen, aber ihr ökologischer Wert liegt weit unterhalb der Grasnahe, wenn es denn eine gäbe. Insekten wie vor allem Bienen und Hummeln, aber auch Vögel finden in diesen Gärten weder Nahrung noch Schutz oder



Katja Damlos

NATUR PUR
BLUME PUR

www.blume-pur.de



Pflegeleichter, bienenfreundlicher und hübscher als ein Wimbledon-Rasen: Ein Staudenbeet mit Katzenminze, Beinwell und Co.

gar eine Nistmöglichkeit, kein Wurm würde sich in ein Beet voller Kies wagen. Ähnlich verhält es sich mit dem vermeintlich pflegeleichten Rasen, der, ist er überhaupt erstmal lückenlos und sattgrün angelegt, sein wahres Gesicht offenbart: Er will nicht nur jede Woche gemäht, zweimal im Jahr vertikutiert und gedüngt und

zwischen durch sogar nachgesät werden, ab und an traut sich dann doch ein Gänseblümchen, ein Fleckchen Moos oder gar ein Löwenzahn aus der Erde, dem umgehend zu Leibe gerückt werden sollte, da es sonst seine Kollegen holt...

Staudenbeet statt Wimbledon

„Ein Stück des Rasens kann man prima in ein nachhaltiges Staudenbeet umwandeln und so Vielfalt und Abwechslung in den Garten bringen“, so Dr. Buchwald, „und ist es erstmal angelegt, ist es deutlich pflegeleichter als ein Rasen.“ So sorgen die Stauden, indem sie wachsen und sich einander annähern, selbst dafür, dass Unkraut keine Chance hat. Bis dahin können Zwischenräume mit Rindenmulch oder Pinienerde abgedeckt werden, sie halten das Unkraut unten und sorgen gleich für Bodengesundheit.

Wer sich das ganze Jahr über Blütenfülle freuen und den Insekten Nahrung bieten will, legt am besten ein Blühstaudenbeet an und kann das herrlich bunt oder sogar farblich stimmig gestalten und hat hier eine wunderbare Auswahl an Stauden. Ritterstern zum Beispiel ist mit seinem tiefen Blau der seiner Höhe immer ein Blickfang, der Klassiker, der im Herbst Freude macht, sind die Anemonen oder die Herbstastern mit ihren Pink- und Lilatönen, Bleiwurz hingegen blüht sehr schön blau bis in den Winter hinein. Staudenmargeriten, Sonnenhut, Echinacea, Lupinen, Hornkraut, Salven und Frauenmantel, Beinwell, Katzenminze und Salbei, wer mag, sät dazwischen leuchtende Ringelblumen, die sich selbst aussäen. „Wichtig für die Bienenwelt ist, dass die Blüten offen sind“, so Dr. Hans-Hermann Buchwald, „sodass sie leicht an die Staubgefäße kommen. Lavendel kann sehr schön an den Beetrand gesetzt werden – und Schmetterlingsflieder macht seinem Namen alle Ehre und sich prima mitten in einem großen Staudenbeet.“ Auch Rosen können hier und da schön kombiniert werden, wenn man die wilden

Sorten mit den offenen Blüten wählt. „Und hier sind Gräser eine tolle Ergänzung zu den Stauden, denn sie setzen Akzente, können als gestalterisches Element eingesetzt werden und bieten trotzdem Vögeln Nahrung und Insekten Schutz. Einmal im Jahr, im Frühling, müssen die Stauden abgeschnitten werden, damit sie neu austreiben können. „Aber wirklich erst im Frühling, denn zum einen sind viele Stauden auch im Winter hübsch anzusehen und blühen bis weit in den Herbst hinein, zum anderen sorgen sie mit ihren Samenständen für Winterfutter für Vögel wie den Distelfink.“ Und mit einer

guten Beratung und sorgsamer Vorbereitung ist so ein Staudenbeet schöner und deutlich pflegeleichter als ein Wimbledon-Rasen.

In Gartenfachmärkten wie dem Pflanzencenter Buchwald gibt es eine immer größere Vielfalt an deutlich als solche gekennzeichneten bienenfreundlichen Pflanzen, mit denen man seinen Garten wunderbar gestalten kann. Die ExpertInnen der Gartenfachmärkte beraten bei der Auswahl je nach Standort und Gegebenheiten gern und kompetent.

Jetzt schon an den Frühling denken

In Sachen Blütenpracht sollte der Gärtner (m/w/d) übrigens im Herbst schon an den Frühling denken und Blumenzwiebeln aller Art im Boden versenken. „Das ist wenig Arbeit, die viel Freude bereitet, wenn sich im Frühling die bunten Narzissen, Krokusse, Traubenhyazinthen zeigen“, so Dr. Hans-Hermann Buchwald, „es gibt eine Riesenvielfalt an Frühlingsblüher – und sie sind extrem wichtig für die Natur, denn sie liefern frühen Bienen und Hummeln Kraft – und nach dem langen Winter sind sie gut für die Seele.“ Krokus und Co. können übrigens prima in kleinen Inseln im Rasen vergraben werden, denn wenn wieder regelmäßig gemäht werden muss, im Mai oder Juni, sind sie welk und können übergemäht werden.

Auch Frühlingsblüher gibt es mittlerweile in besonders bienenfreundlichen Mischungen – einfach im Gartenfachmarkt nachfragen oder auf die Kennzeichnung mit der kleinen Biene achten.

Hecken, Obst und Wege

Wer dringend einen Sichtschutz für seinen Garten braucht, sollte auf eine Steinmauer oder einen schnöden Zaun verzichten und stattdessen eine Hecke pflanzen – und sogar Kirschlorbeer oder Thuja haben einen größeren ökologischen Wert und sind nachhaltiger als eine der modernen Steinmauern. „Man sollte Thuja und Kirschlorbeer nicht per se verteufeln“, sagt Dr. Buchwald, „auch hier nisten Vögel, leben Insekten – nachhaltiger aber ist eine Buchenhecke. Allein weil sie erst im Frühling ihr Laub abwirft, wenn sie neu austreibt, und so Zaunkönig und Rotkehlchen Schutz bietet. Sie

Garten- u.
Grundstückspflege

Andreas Wieczorek

Tel. 0162 - 67 09 18 6

hms-wievah@t-online.de



wächst etwas schwieriger an, ist dann aber unverwundlich. Auch eine Hainbuchenhecke bietet sich an, weil sie schnittverträglich und sehr robust ist.“ Und wo wir gerade bei den Gehölzen sind: Wer in seinem Garten Platz für Obst hat, sollte es pflanzen. Obstbäume wie Apfel, Kirsche, Birne, Pflaume, Mirabelle sorgen im Frühling für Bienennahrung (und sind mit ihrer Blütenpracht gut für die wintergebeutelte Seele), im Sommer für fruchtige Vielfalt, die, wenn sie nicht komplett geerntet wird, wiederum bis in den Winter hinein Nahrung für Insekten und Vögel abwirft. „Es gibt für die Natur nichts Besseres als eine Streuobstwiese, egal wie klein sie ist“, sagt Dr. Hans-Hermann Buchwald, „oben Obst, unten Wildblumenwiese und für alle ist gesorgt. Wer mag, wandelt ein Stück Rasen statt in ein Staudenbeet in Wiese um – Saatenmischungen für jeden Standort gibt es im Fachhandel.“ Spannendes zur Bienenfreundlichkeit findet sich in der Broschüre, die unter <https://www.bmel.de/Shared-Docs/Downloads/DE/Broschueren/BienenfreundlichePflanzen.html> heruntergeladen werden kann. Wer seine Wege anlegt und sie nicht unbedingt ganz schier haben muss, darf getrost auf Pflastersteine verzichten und wählt lieber eine wassergebundene Form – hier triumphiert zwar das Unkraut, das aber kann ganz leicht abgemäht werden. Zudem hat ja jedes Wildkraut irgendwie einen Nutzen, auch wenn der Giersch einem die Haare zu Berge stehen lässt und die Brennesseln die Welt Herrschaft zu übernehmen drohen.

Dem Klimawandel Rechnung tragen

Der letzte Sommer hat es uns gezeigt: Das Wasser fehlt. Wer seinen Rasen neu anlegen und sicher gehen will, dass er nicht rund um die Uhr wässern will, setzt auf eine der neuen Trockenrasen-Saatenmischungen. Und wer neue Bäume zu pflanzen vorhat, wählt Baumarten, die Trockenheit besser vertragen, nicht so starkwüchsig sind und mit Kli-

maveränderungen umgehen können. Dazu gehört zum Beispiel der Amberbaum, der Eisenbaum oder der Ginkgo, sie sind widerstandsfähig und schön. Auch hier weiß der Gärtner Ihres Vertrauens Rat.

Winterquartiere

Zum Winter hin sollte man den Garten auf keinen Fall komplett aufräumen, gar Beete abharken, alles an Laub und Grünschnitt entsorgen, die Stauden und Gräser abschneiden, rät Dr. Hans-Hermann Buchwald. „Vieles kann man einfach über den Winter der Natur überlassen, Laub zum Beispiel kompostiert sich selbst oder wird von Regenwürmern erledigt und sorgt dann auch noch für Nährstoffe im Boden.“ Der Rasen muss einmal komplett von Laub befreit werden, um Luft zu bekommen, ja, aber auch hier darf man sich getrost auf Wind und Wetter verlassen, denn letztendlich geht es in so einem Garten doch irgendwie um Natur...“so ein Garten sollte für alle da sein“, schmunzelt Dr. Hans-Hermann Buchwald, „für Menschen, Bienen, Vögel, Igel, alles eben, was da krecht und flucht.“ Dazu passt der Tipp, im Garten eine Ecke zu haben, in der alles einfach wachsen darf – in der Laubhaufen und Totholz sich sammeln und Igel ein Winterquartier bieten und mit Wohnraum für Insekten aller Art ein All you can eat gleich dazu. Wer Schottersteine, Bauschutt, alte Steine über hat, macht einen Haufen daraus und bietet damit ebenfalls Insekten Wohnraum. Und wer die Hotelvariante vorzieht: Es gibt fertige Insektenhotels zu kaufen, sie sind aber auch einfach aus alten Holz, Gräsern, Schilf und Co zu bauen. Dazu passt übrigens das eine oder andere Nistkistchen für Gartenvögel – und wer gerade dabei ist, hängt auch noch ein Futterhäuschen

auf. Ein Fleckchen Rasen übrigens darf jeder Garten haben, zum Fußballspielen und Rumliegen, für Picknicks und falls dem Herrn des Hauses eine Beschäftigung an der frischen Luft fehlt – er kann sich einen guten, alten Spindelmäher besorgen und das Rasenstück jede Woche per Hand mähen. Denn so praktisch Mähroboter sind, so wenig ökologisch sinnvoll sind sie auch. Da sie fast täglich unterwegs sind, richten es sich Insekten hier erst gar nicht häuslich ein, das wiederum mindert das Angebot für Vögel und so weiter.

Alle Informationen darüber, wie ein naturnaher Garten gestaltet werden kann, gibt es in Ihrem Gartenfachmarkt oder den Garten- und Landschaftsbauern vor Ort, die auch gern das Anlegen für Sie übernehmen.



Unser Tipp:

Platz für eine kleine Bienenweide ist übrigens sogar auf einem Balkon – Oregano, Lavendel, Minze, Rosmarin und Thymian gedeihen prima in einem großen Terrakotta-Topf. Außer etwas Kräutereerde und Wasser brauchen sie nur Sonne und liefern den ganzen Sommer über frische Kräuter und locken mit ihrer Blütenfülle Biene, Hummel und Co an. Bienenfreundliche Anregungen gibt es auch unter www.bluetenmeer2020.de, www.bund-sh.de



NATUR- VERBUNDEN!

NACHHALTIGKEIT ZAHLT SICH AUS.

Regionalität und Naturverbundenheit liegen uns am Herzen. Achte auf das Gütesiegel „Geprüfte Qualität Schleswig-Holstein“. Damit ausgezeichnete Pflanzen wurden von uns selbst produziert oder stammen aus Betrieben in der Region, die ebenfalls dieses Gütesiegel führen dürfen.



BUCHWALD IN

STOCKELSDORF

Lohstraße 107 a · 23617 Stockelsdorf



BUCHWALD IN

MALENTE-KRUMMSEE

Rövkampallee 39 · 23714 Malente

WINTERPAUSE

16. Dezember bis 17. Januar geschlossen



BUCHWALD

www.buchwald-pflanzencenter.de



Schönheitslounge
la Bella
Naturkosmetik
Damenfriseur
Herrenfriseur mit Bartrasur
Geschenkartikel
Bahnhofstraße 28 • Malente
Tel. 04523 / 2039962 o. 0173 / 9296606

ZZWICKERS
MÖBEL
Sehr gute
2.-Hand-Modelle
in riesiger Auswahl
zu günstigen Preisen
Eichkampredder 5 • 24217 Schönberg
im Gewerbegebiet
Mo-Fr 10-18 Uhr, Sa 9-16 Uhr
E-Mail: zzwickers@gmx.de
ZZ kauft Ihre Möbel! • Tel. 04344-3437

ALLOHEIM
SENIOREN-RESIDENZEN
Wir dienen Ihrer
Lebensqualität.

**HERZLICH
WILLKOMMEN
IM SENIOREN-STIFT „LABOE“**

**Wir bieten den uns
anvertrauen Senioren:**

- ☑ vollstationäre Pflege und Betreuung
- ☑ Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- ☑ Pflege dementiell erkrankter Menschen

**GERNE BERATEN WIR SIE
IN EINEM
PERSÖNLICHEN GESPRÄCH!**

Senioren-Stift „Laboe“
Mühlenstraße 9 • 24235 Laboe
Telefon 04343 49676-0

Ihr Schutz sollte uns allen am Herzen liegen:

Die Biene: Ohne sie geht nichts

Kaum ein Insekt genießt bei uns so viel Sympathie wie die Biene – nicht zuletzt, weil sie uns ihren Honig schenkt. Natürlich nicht ganz freiwillig. Die Honigbiene, das einzige domestizierte Insekt der Welt, produziert in der Obhut des Imkers Honig. „Zweimal im Jahr wird geerntet“, so Hobby-Imker Rasmus Freese aus Malente. „Im Frühling und im Sommer.“ Den Honig-Verlust gleicht der Imker im Bienenstock mit einer Zuckerlösung aus. Davon wird der Nachwuchs versorgt und auch die Biene selbst ernährt sich im Winter davon. „Je nach Bedarf und Witterungslage stellt man den Tieren die Ersatz-Lösung zur Verfügung.“

Rasmus Freese imkert seit gut vier Jahren auf Hobby-Basis und besitzt mittlerweile vier Bienenvölker. „Im Stock ist die Königin durch ein Absperrgitter von den Honigwaben getrennt. So gelangt der Nachwuchs nicht an den Honig – und der Honig kann problemlos entnommen werden.“

Die Honigbiene liefert uns aber nicht nur Honig – sie tut noch mehr für uns: Beim Sammeln von Nektar und Pollen bestäubt das rund 1,2 Gramm leichte Tier ganz nebenbei unsere Obstbäume. Um ihren Honigmagen einmal zu füllen, muss sie rund 200 Blüten ansteuern und den Nektar raussaugen. Die „fleißige Biene“ macht ihren Spitznamen also alle Ehre.

Neben der Honigbiene, die im Bienenstock ihres Imkers lebt, existieren in Deutschland zudem rund 560 Wildbienenarten – davon 296 Arten leben nicht im Verbund, sondern als Einzelgänger. Das Weibchen baut allein ein Nest mit Brutzellen und versorgt in ihrem knapp sechs Wochen langen Leben nacheinander bis zu 30 Larven. Dennoch: Rund 50 % der Wildbienen werden bei uns als zum Teil stark gefährdet eingestuft und befinden sich



Fleißige Bienen im Anflug: In ihrem bis zu sechs Wochen langen Leben produziert eine Honigbiene zwei Teelöffel Honig.
Fotos: hfr/Rasmus Freese

auf der Roten Liste der bedrohten Arten. Das ist erschreckend.

Das Insektensterben ist seit Jahren Thema und die Ursachen eigentlich ausreichend bekannt. Schuld sind vor allem die Umweltbelastung durch Pestizide sowie die Versiegelung von Böden und damit Zerstörung von Lebensraum. Noch immer wird zu wenig getan, um die Biene zu schützen – dabei ist ihre Erhaltung für uns und unsere Umwelt enorm wichtig. Würden Honig- und Wildbienen keine Bestäubungsarbeit leisten, würde laut NABU unsere Erntemenge um bis zu 90 % einbrechen.

„Ökologisch betrachtet sind die Wildbienen für eine intakte Natur noch wichtiger als die Honigbienen“, weiß Rasmus Freese. „Denn die Wirtschaftsvölker gehen fokussiert auf die Massentrachten.“ Das bedeutet, dass zum Beispiel ganze Rapsfelder und Plantagen durch die Honigbiene angefliegen werden. Die Wildbiene besucht und bestäubt hingegen alle Pflanzen und trägt somit zu ihrer Erhaltung bei. Der Insektenschutz muss sich daher vor allem auf die Wildbiene konzentrieren. Von deren Schutz profitiert letztendlich auch die Honigbiene. Aber was kann man tun, um diese wilde Insektenart zu schützen?

„Bienen mögen es warm und trocken – und ganz wichtig: Sie brauchen na-

turne Gärten“, informiert Rasmus Freese. „Der Rasen sollte nicht ständig gekürzt werden, wie das zum Beispiel bei Mährobotern der Fall ist. Alle Bienen mögen sogenannte Trocken- und Magerwiesen. Auch sandige Böden sind für sie wichtig.“ Der Imker schützt seine Bienen im Stock zudem vor Zugluft, Parasiten und Fressfeinden. Und er trägt dafür Sorge, dass der Bienenstock gut isoliert ist. „Im Inneren herrschen das gesamte Jahr über 37 Grad.“



Eine verdeckelte Honigwabe im Rahmen vor der Ernte. Für einen Kilo Honig fliegt ein Bienenvolk drei bis fünf Millionen Blüten an.

Bekanntermaßen sollte man Produkte aus der eigenen Region kaufen – bei Honig ist das besonders wichtig. Denn: Zum einen hat dieser keine Reise um den halben Globus hinter sich. Zum anderen wird der heimische Honig streng kontrolliert – und nicht gepanscht oder gefälscht. Und er schmeckt natürlich viel besser. Als Dank dafür sollten wir die Bienen schützen. Nicht nur die Honigbienen – sondern alle Bienen.

Unser Tipp:

Gar nicht mehr fliegen?

Bienen können fliegen, wir verursachen mit jedem Flug einen immensen CO₂-Ausstoß und schaden damit unserem Klima. Wir in Deutschland haben eine durchschnittliche Pro-Kopf-CO₂-Emission von 8.400 Kilogramm (allein das Autofahren kommt locker auf 2.000 Kilo, ein Flug nochmal je nach Strecke auf die gleiche Menge). Klimaverträglich wäre ein CO₂-Ausstoß pro Kopf von 1.500 Kilogramm im Jahr (im Vergleich: Die Pro-Kopf-Jahresemission in Äthiopien sind 560 Kilogramm) Wenn es dann aber doch mal der Sommerurlaub auf Mallorca, die Städtereise nach London (hier kommt man auch mit Zug und Fähre hin, dauert nur ein bisschen länger) sein soll, kann man den CO₂-Ausstoß des Flugzeugs zumindest ein bisschen kompensieren, indem man eine Ausgleichszahlung an ein Klimaschutz-Projekt leistet. Informationen dazu gibt es unter anderem unter www.atmosfair.de, www.ausgleichsagentur.de.

Tafeln und Nachhaltigkeit - das gehört zusammen

Aussortierte Lebensmittel an Menschen ausgeben, statt sie wegzwerfen - im Tafel-Prinzip ist der Gedanke des bewussten und achtsamen Umgangs mit unseren Ressourcen verankert: „Lebensmittel werden unter großem Aufwand produziert. Lebensmittel sind wertvoll. Und wir treten dafür ein, dass die Vernichtung von Lebensmitteln vermieden wird: ‚Essen, wo es hingehört‘“, heißt es entsprechend im Leitbild. Die Institution ist ein eindrucksvolles Beispiel, dass Nachhaltigkeit und soziale Verantwortung unmittelbar zusammenhängen. Überfluss wird problematisiert und Mangel ausgeglichen. Konkret zeigt Die Tafel Deutschland mit verschiedenen Kampagnen Wege zu einer nachhaltigen Lebensweise auf. So setzt man sich in einer Informationskampagne mit dem Thema Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) für

einen informierten und selbstbewussten Umgang mit dem MHD ein, um unnötige Lebensmittelverschwendung zu vermeiden. Die Materialien wurden in Zusammenarbeit mit der Verbraucherzentrale Hamburg und der Wiener Tafel erarbeitet und informieren über die unterschiedliche Haltbarkeit gängiger Lebensmittel. Außerdem gibt es eine Reihe praktischer Tipps für Verbraucherinnen und Verbraucher:

- Kaufen Sie frische und leicht verderbliche Lebensmittel wie Obst, Gemüse und Brot in bedarfsgerechten Mengen ein.



Werden bei der Eutiner Tafel Brötchen in Plastiktüten gespendet, werden sie in Leinenbeutel umgepackt und weitergegeben.

- Lassen Sie sich nicht von Sonderangeboten, Rabatten und Großpackungen zum Mehreinkauf verleiten – außer Sie wissen, dass Sie die Produkte rechtzeitig aufbrauchen werden.
- Prüfen Sie vor dem Einkauf, was noch vorrätig ist. Fotografieren Sie gegebenenfalls jeden Morgen den Inhalt Ihres Kühlschranks, um auch bei Spontaneinkäufen nichts doppelt zu kaufen.
- Planen Sie Ihre Mahlzeiten im Voraus und schreiben Sie einen Einkaufszettel.
- Lagern Sie Ihre Lebensmittel übersichtlich, so dass nichts in Vergessenheit gerät.

- Lagern Sie Lebensmittel artgerecht, z.B. Beeren ungewaschen; Tomate, Mango und Kartoffeln nicht im Kühlschrank; Bananen nicht neben anderem Obst.
- Hat ein Apfel oder eine Zucchini eine Druckstelle? Verwerten Sie dieses Obst oder Gemüse zuerst, bevor es schimmelt.
- Verarbeiten Sie nicht mehr ganz frische Lebensmittel weiter: Aus Brot können Sie beispielsweise Semmelbrösel oder Croutons herstellen, aus Obst Marmelade, Apfelmus oder Smoothies und aus Gemüse Suppen, eine bunte Gemüsepfanne oder Brühe.
- Haben Sie Lebensmittel übrig und wissen nicht, was Sie damit anfangen sollen? Geben Sie deren Namen und den Zusatz "+Rezept" in eine Suchmaschine ein, um Inspiration für die Zubereitung Ihrer Reste zu finden.

- Stellen Sie übrig gebliebene Speisen in den Kühlschrank, um sie später zu verzehren.
- Optik beeinflusst nicht den Geschmack: Kaufen Sie kleine Kartoffeln, einzeln abgerissene Bananen und krumme Gurken.
- Lassen Sie sich Reste Ihrer Mahlzeit im Restaurant einpacken.
- Sie haben doch einmal zu viel eingekauft? Dann fragen Sie Freunde oder ihre Nachbarn, ob sie nicht etwas gebrauchen können, oder spenden Sie die zu viel eingekauften Lebensmittel an Ihre örtliche Tafel.

Biologisch abbaubare Reinigungsmittel Made in Germany

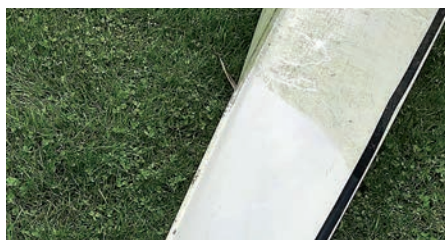
Um nur einige Vorteile zu nennen...

- Für jeden Bereich das passende Produkt
- Hochwirksam mit Emulsionswirkung
- Ungiftig und nicht korrodierend
- Arbeitet schnell und ohne Wärme



Haben wir Sie noch nicht überzeugen können?

- Sehr gute Tiefenwirkung
- Entfernt Fett, Öl und andere organische Verschmutzungen
- Made in Germany (Schönberg)
- Auch für Hochdruckreiniger geeignet



Made in Germany



Effizient und nachhaltig



zuverlässig



hohe Qualitätsstandards



IGS
Schönberg

www.igs-shop.de

Tel.: 04344 – 41 66 11
Fax: 04344 – 41 66 99
E-Mail: info@igs-shop.de
Kamp 2, 24217 Schönberg

Schlagwort „Zero Waste“:

Müll vermeiden – gut fürs Klima und für uns

Laut einer Studie werden in einer Stunde Verpackungen mit einem Gesamtgewicht von 83 ausgewachsenen Elefanten weggeworfen – wer sich das bildlich vorstellen kann, versteht schnell, wie so „Zero Waste“ eines der Schlagwörter in Sachen Nachhaltigkeit ist. Wörtlich übersetzt heißt es Null Verschwendung oder auch Null Müll, kommt aufs Gleiche raus, denn vor allem Plastikmüll ist schlicht Verschwendung. Verschwendung von Rohstoffen. Und je weniger wir davon benutzen, desto weniger muss produziert werden und desto weniger landet in den Meeren. Verpackungen und damit Plastikmüll zu reduzieren ist oft einfacher, als man denkt – man muss nur manchmal ein bisschen mehr tragen und immer dran denken, Tüten, Taschen, Flaschen, Becher

und Co mitzunehmen. Hier sind ein paar Tipps, wie Sie Verpackungsmüll und Plastikverbrauch ein bisschen reduzieren und auch noch Spaß haben dabei.



Heiß geliebt und wirklich mitgenommen: Edelstahlflaschen voll mit frischem Leitungswasser.

sind ganz zu Unrecht ein bisschen aus der Mode geraten. Verständlich, wenn sie den ganzen Tag herumgetragen werden müssen. Und hier kommen wir zum Punkt: Die immer und fast überall wiederbefüllbare Mitnehm-Flasche aus Edelstahl oder bruchsicherem Glas, fast unzerstörbar, lebensmittelecht, geschmacksneutral, erschwinglich und super praktisch. Die

Edelstahl-Flaschen sind besonders im Sommer ein Traum, wenn es warm ist, denn sie halten kalte Getränke bis zu 24 Stunden lang wirklich kühl, heiße bis zu 12 Stunden warm. Cool sind sie ohnehin. Es gibt sie in den unterschiedlichsten Ausführungen und Größen.

Getränk to go

PET-Flaschen sind praktisch. Sie sind quasi unkaputtbar, passen prima in jede Tasche und es gibt sie mit nahezu jedem Getränk und überall. Glasflaschen haben es da ein bisschen schwerer und sind es auch – sie können außerdem kaputtgehen und

Kaffeebecher sowieso

In Deutschland werden stündlich rund 320.000 Einweg-Becher für Heißgetränke verbraucht, hiervon sind bis zu 140.000 Becher „To-go“. Pro Jahr sind das fast drei Milliarden Einwegbecher, die im Müll landen, die wenigsten davon im Recycling.

Dabei wäre es so einfach: Denn wenn nicht gerade eine Pandemie um sich schlägt und sie in vielen Cafés und Bäckereien nicht befüllt werden dürfen, sind Mehrweg-Kaffeebecher ein echter Gute-Laune-Faktor. Zum einen, weil man sich jederzeit einen ordentlichen Kaffee holen kann, ohne zusätzlich Müll zu produzieren, zum anderen, weil es die Mehrwegbecher oder auch Coffee to go-

Becher in allen möglichen Materialien und Designs gibt. Naturgemäß sollte es keiner aus Plastik sein, längst gibt es sie auch aus nachwachsenden Rohstoffen wie Bambus – toll, haltbar und sehr praktisch sind Edelstahlbecher. Sie halten sehr, sehr lange heiß, sind spülmaschinenfest, können auch mal im Auto rumkullern, ohne auszulaufen, runterfallen, ohne kaputt zu gehen, und sind damit sehr langlebig.

Mittagessen in der Schale

Sogar so ein Mittagessen to go ist ohne Müll möglich, denn in vielen Gastronomiebetrieben kann man sein Essen längst in Mehrwegbehältern mitnehmen. Eines davon ist das Cox in Eutin – vor zweieinhalb Jahren schon hat Inhaberin Katrin Haase dem Einwegbehälter den Kampf angesagt und bei Ikea einen Stapel Glasschalen samt Deckel gekauft. Die Schalen können von ihren Gästen im Cox oder bei Ikea gekauft werden. Sie geben ihre Schale beim Reinkommen ab, den Deckel behalten sie – dann bekommen sie ihr Essen in einer heiß gespülten Schale, Deckel drauf und los. Mittlerweile geht ein Drittel aller Mahlzeiten in den Mehrwegschalen übern Tresen, erzählt Katrin Haase, „wir freuen uns über jeden, der es uns gleich tut.“

Gemüsebeutel und Co

Gemüse und Obst müssen auch im Supermarkt längst nicht mehr im Plastikbeutel landen. Für lose Pilze, Äpfel, Orangen und Co gibt es (in Drogerien, bei Unverpackt, auch in vielen der Supermärkte selbst) Stoffbeutel zu kaufen, die gewaschen und immer wieder verwendet werden können – total praktisch und umweltschonend, denn je weniger davon verbraucht werden, desto weniger müssen hergestellt werden. Frisch gewaschen können sie einfach im Einkaufskorb aufbewahrt werden und wandern so automatisch mit zum nächsten Einkauf.



Waschbare Gemüse- und Obstbeutel ersetzen locker die dünnen Plastiktütchen im Supermarkt.

strompool*
pröbstei eG

Ab in den Pool * Strompool * bundesweit

Seit 2007 geht unser Nachhaltigkeits-Konzept auf.

Ökostrom aus Erneuerbaren Energien

NEIN zu Kohle und Atom

Naturstrom * Heizstrom * Erdgas * Pellets

24217 Schönberg, Stakendorfer Tor 41 0 43 44 - 12 43

IMPRESSUM „NATUR PUR“

Verlags-Sonderveröffentlichung der reporter aus Eutin, Plön, Oldenburg und der Probstei sowie Fehmarnsches Tageblatt und Heiligenhafener Post

reporter
der

PROBSTEER

Redaktion u. Gesamtherstellung:
Burg-Verlag GmbH & Co. KG
Lübecker Straße 12, 23701 Eutin
Telefon: 0 45 21 / 70 11 - 0

FEHMARNSCHES TAGEBLATT

HEILIGENHAFENER POST

DER KURIER
am Wochenende

Auflage:
100.000 Expl.

Druck: Druckhaus Walsrode,
Hanns-Hoerbiger-Straße 6,
29664 Walsrode

COX

Wir haben für Sie gekocht!

Vossplatz 2 Eutin 04521-7645001 www.cox-eutin.de

Alles Jute – oder ein Korb

Es macht ein bisschen mehr Mühe, schont aber Ressourcen und Umwelt immens: Taschen zum Einkaufen mitzunehmen. Dabei gibt es so coole – aus recycelten PET-Flaschen (in den Drogerien), sehr angesagte Jute-Taschen (bei familia oder auch beim Bauern Schramm in Schwienkühlen), bunte Körbe aus recyceltem Plastik oder der gute alte Weidenkorb. Egal, worin Sie Ihren Einkauf transportieren, Hauptsache, es ist keine Plastiktüte. Denn im Durchschnitt brauchen wir eine Plastiktüte genau eine halbe Stunde lang – dafür sind die Energiekosten, der Kunststoff und der Transport wirklich zu klimaschädlich, vor allem, weil die wenigsten Plastiktüten anschließend ordentlich dem Recycling zugeführt werden, die meisten landen im Meer. Wenn es doch mal eine sein muss, kann auch die gut und gern ein paarmal verwendet werden, bevor sie im Gelben Sack landet und wiederverwertet wird.



In Katrin Haases Cox geht Mehrweg prima: Zwei Drittel der Mahlzeiten gehen in der Glasschale übern Tresen.

problemlos entsorgt und recyclet werden. Wer noch einen Schritt nachhaltiger sein will: Viele der

aus fair bezahlten Projekten. Die Verpackungen halten sich sehr in Grenzen. Obst und Gemüse kommen ohnehin in großen Kisten und nicht einzeln verpackt – weitergegeben wird es dann vor allem in Papiertüten, denn auf Plastik verzichten viele der Wochenmarkthändler längst. Natürlich kommt man bei Fleisch und Wurstwaren oder Käse nicht um beschichtetes Papier und kleine Plastiktüten herum, die aber können

Wochenmarkthändler freuen sich, wenn man die Papiertüten der vorigen Woche wieder mitbringt und neu befüllen lässt.

Frischhaltefolie? Überbewertet

Zugegeben: Sie ist praktisch, wenn schnell mal die Auflaufform abgedeckt, der Plätzchenteig eingewickelt werden muss, aber je mehr der praktischen Haushaltshelferlein zum Einsatz kommen, desto größer die Müllmenge. Mittlerweile gibt es tolle Ersatzprodukte wie Bienenwachstücher, die perfekt abdichten und frischhalten. Sogar ein 4 in 1 Backpapier macht angefeuchtet den gleichen Job. Manchmal reicht ja auch die gute alte Tupperdose oder die Glasschale mit Deckel, die abgewaschen wieder in den Schrank kommen.

Feste Seife und Shampoo

Seifenstücke statt Duschgel, festes Shampoo statt des Gels in der Plastikverpackung, zugegeben eine echte Umstellung, spart aber viel Plastik und macht Spaß – und es muss ja auch nicht jeden Tag sein, wer will, wechselt ab und spart auch so Plastik. Jeder einzelne Schritt ist nur klein, aber prima in den Alltag integrierbar und wirkungsvoll – und je mehr der kleinen Schritte möglich werden, desto besser für unser Klima.

Unverpackt ist top

Eingeschweißtes Gemüse? Nicht optimal. Immer mehr Supermärkte setzen bei Obst und Gemüse auf Unverpackt, eine gute Idee, denn so eine Gurke hat ja schon eine Schale. Wann immer es möglich ist, sollte unverpackte Ware gekauft werden – das geht auch gut bei Reis, Nudeln und Co. Unter anderem bei familia gibt es einen Unverpackt-Tresen, den es zu entdecken lohnt. Entweder selber Glas zum Abfüllen mitbringen oder eines vor Ort kaufen und mit leckeren Sachen füllen.

Auf dem Wochenmarkt

So ein Einkauf auf dem Wochenmarkt ist Nachhaltigkeit in vielerlei Hinsicht. Meist erreicht man ihn mit dem Rad oder zu Fuß, zudem lässt es sich hier sehr leicht auf unnütze Verpackungen verzichten – also: Einfach einen großen Korb oder eine geräumige Tasche an den Arm und los gehts. Auf dem Wochenmarkt lässt es sich wunderbar saisonal einkaufen, weil vieles aus der Region kommt – im Moment tummeln sich vor allem die leckersten Kohlsorten wie auch Kartoffeln aus dem Norden hier. Äpfel aus dem Alten Land oder gar der Umgebung gibt es und die Produkte der heimischen Schlachtereien und Käseereien sowieso. So stärkt jeder Einkauf die heimischen Landwirte und Produzenten. Wer auf Südfrüchte oder Tomaten im Winter nicht verzichten mag, wählt lieber Bio, denn hier lässt sich zwar der CO2-Ausstoß des Transportweges nicht vermeiden, dafür aber die Verwendung von Pflanzenschutzmitteln. Zudem stammen einige der Früchte von kleineren Produzenten, die damit ihre Familien ernähren können, oder

Immobilie der Woche

Anzeige



Wir verwirklichen Wohnträume



- Jedes Haus als KfW 55 Haus erhältlich
- Frei geplanter Grundriss
- Massiv gemauert
- Abluftwärmepumpe inklusive
- Freie Wahl der Ausstattung
- Kurze Bauzeit

Vereinbaren Sie einen Beratungstermin mit uns www.nagelbau.de

NAGEL Massivhaus GmbH

Trentrade 35
24326 Ascheberg

Tel. 0 45 26 / 30 07-0
info@nagelbau.de

Hier bin ich zu Hause!

E-Bikes



Ihr Fachgeschäft

woellert

23714 Malente · Marktstr. 1

Inh. Mirko Denker-Gosch
Tel. 0 45 23 - 16 42
www.woellert-malente.de

Einfach mal das Fahrrad nehmen!

Radfahren stärkt die Gesundheit und schützt die Umwelt

Fahrradfahren ist in, fahrradfreundliche Städte wie Kopenhagen oder Amsterdam gelten als Vorbilder für den Ausbau des Radverkehrs. Statt auf dem Weg zur Arbeit im Stau zu stehen nutzen immer mehr Pendler *innen das Fahrrad, E-Bike oder Pedelec, um schnell und umweltschonend zur Arbeit zu kommen.

„Durch das E-Bike hat sich der Aktionsradius vergrößert“, sagt Thomas Lutz, Inhaber des Fahr-Rad-Ladens in Eutin. „Ein Ausflug mit dem Rad nach Neustadt zum Fischbrötchen essen ist plötzlich kein Problem mehr.“ Eine seiner Kundinnen verglich das E-Bike einmal mit einem Cabrio: Man freue sich richtig darauf, es im Sommer rauszuholen und damit eine Radtour zu machen.

Ob man sich wirklich für ein E-Bike oder Pedelec, oder doch lieber für ein normales Fahrrad entscheiden sollte, lässt sich nicht pauschal sagen - Jede*r muss für sich selbst entscheiden, welches Fahrrad zu den eigenen Bedürfnissen passt. Die Beratung spielt bei einem potenziellen Fahrradkauf eine große Rolle: „Dafür sollte man lieber etwas mehr Zeit einplanen“, sagt Lutz. Wie bei jeder anderen Investition gilt beim Fahrrad: Wer billig kauft, kauft doppelt. „Es lohnt sich, direkt beim Kauf auf vernünftige Reifen, ordentliche Bremsen und Qualität bei der Beleuchtung zu achten“, so Lutz. „Das Rad wird nicht jedes Jahr neu erfunden, aber in diesen Bereichen gab es in den letzten Jahren immer wieder Innovationen.“

Laut dem Bundesamt für Umwelt sind in Deutschland rund die Hälfte aller



Finden für jeden das richtige Rad: Thomas Lutz (links) und sein langjähriger Mitarbeiter Henri Heck.

Fahrten, die mit dem Auto zurückgelegt werden, kürzer als fünf Kilometer - eine Strecke, die ohne Probleme mit dem Fahrrad zurückgelegt werden könnte. „In der Praxis bedeutet das beispielsweise, dass eine Berufspendlerin oder Berufspendler, die oder der werktags je 5km mit dem Rad zur Arbeit hin und zurück fährt, anstatt das Auto zu benutzen, im Jahr rund 300kg CO₂-Emissionen einsparen kann“, schreibt das Bundesamt für Umwelt. Damit gehört der Radverkehr zu den klimaschonendsten Fortbewegungsarten und ist auf diesen kurzen Strecken sogar oftmals das schnellste Verkehrsmittel. Einen weiteren positiven Einfluss auf das Klima hat das Radfahren durch seinen geringen Platzverbrauch - während für breite Straßen und Parkplät-

ze viel Boden versiegelt werden muss, können auf der Fläche eines Auto-parkplatzes gut acht Fahrräder stehen. Insbesondere in Innenstädten wird der Platz ohnehin zunehmend knapp - warum also nicht lieber auf die platzsparende Alternative Fahrrad umsteigen? „Innerhalb Eutins kann man gut Wege sparen, indem man mit dem Fahrrad fährt“, sagt Lutz. Strecken, die mit dem Auto nicht befahrbar sind, können mit dem Fahrrad oftmals gut als Abkürzung genutzt werden. „Auch der Einkauf für den täglichen Bedarf lässt sich problemlos mit dem Rad erledigen, immer mehr Selbstständige oder Ärzte besuchen ihre Kunden und Patienten lieber mit dem Rad, als ständig kurze Strecken mit dem Auto zu fahren.“ Auf Kurzstrecken verbrauchen Autos zudem überproportional viel Treibstoff, da der kalte Motor mehr Sprit verbraucht.

Doch nicht nur die Umwelt, auch der Mensch selbst profitiert vom Radfahren: Indirekt, weil Radfahren platzsparend und geräuscharm ist (hohe Lärmbelastigung, beispielsweise in einer Großstadt, kann zu einem steigenden Herzinfarkt-Risiko oder Schlafstörungen führen), und direkt, weil die körperliche Fitness dem Körper guttut. Bewegungsmangel ist ein häufiges Problem in Deutschland, doch bereits 30 Minuten körperliche Aktivität pro Tag senkt laut Weltgesundheitsorganisation WHO das Risiko für verschiedene Zivilisationskrankheiten wie Herzkreislauferkrankungen oder Diabetes mellitus Typ II. Laut einer Studie der Universität Utrecht hebt regelmäßiges Radfahren sogar die Lebenserwartung um drei bis 14 Monate.

Also: Für die nächste Kurzstrecke - ob zur Arbeit, zum Einkauf, oder zum Fischbrötchen-Essen - einfach mal das Auto stehen lassen und losradeln!


NIU
Elektroller


KANIA

Mobilität hat einen Namen

Industriestraße 8
23701 EutinTel. 04521 / 70 99 70
www.kania-eutin.de

Kawasaki

KYMCO

Fahrräder • Elektrofahrräder


**RIESENAUSWAHL
AN ELEKTROFÄHRRÄDERN!**

- Verkauf
- Reparatur
- Verleih
- Pannenservice

ZWEIRADHAUS Scheibel

 Auf dem Hasenkrug 2a
24321 Lütjenburg
Telefon 04381/4690
www.zweirad-scheibel.de

Fahrräder • Elektrofahrräder

Hochwertig, geprüft und nachhaltig:

Leitungswasser – ein super Lebensmittel

Wer sich überlegt, eine Mitnehmflasche aus Glas oder Edelstahl anzuschaffen, aber nicht weiß, womit er sie füllen soll, hier ein Tipp: Mit Leitungswasser.



Unser Trinkwasser ist ein top Lebensmittel, das mit in Flaschen abgefülltem Wasser locker mithalten kann – und wenn wir es aus der Leitung holen statt im besten Fall aus Glas-, im schlechtesten aus PET- oder gar Einwegplastikflaschen, tun wir uns und der Umwelt Gutes.

In der Trinkwasser-Broschüre des Umweltbundesamtes steht: Das Trinkwasser aus großen zentralen Wasserversorgungsanlagen in Deutschland besitzt durchweg sehr gute Qualität. Mehr als 99 % der Messwerte für die meisten mikrobiologischen, chemischen und physikalischen Parameter genügen den Güteanforderungen der Trinkwasserverordnung oder übertreffen sie deutlich. Und die Trinkwasserverordnung ist sehr deutlich in ihrer Aussage, dass unser Trinkwasser „so beschaffen sein muss, dass durch seinen Genuss oder Gebrauch eine Schädigung der menschlichen Gesundheit insbesondere durch Krankheitserreger nicht zu besorgen ist. Es muss rein und genusstauglich sein.“ Dafür sorgen unsere Wasserversorger wie die ZVO in Ostholstein. Aus Tiefen von 30 bis 140 Metern fördern Brunnen der ZVO-Wasserwerke das hochwertige Rohwasser, das in die Wasserwerke zur Veredelung fließt. Dort werden keine Stoffe zugesetzt, das Wasser ist nicht chloriert. In der Aufbereitung in den Wasserwerken wird lediglich überschüssiges Eisen

und Mangan ausgefiltert, da es den Geschmack beeinträchtigen könnte. Keimfrei gelangt reines, frisches Trinkwasser ins Versorgungsnetz und die Haushalte. So ist unser Leitungswasser jederzeit von einer hervorragenden Qualität, die intensiv überwacht wird. Naturbelassen und hygienisch einwandfrei können wir es bedenkenlos in unsere Gläser und Flaschen füllen und genießen. Eine umfassende Broschüre zu unserem Trinkwasser kann man beim Umweltbundesamt bestellen oder einfach herunterladen unter www.umweltbundesamt.de – gern informieren aber auch die Trinkwasserversorger vor Ort: Ein Blick ins Internet kann sich lohnen, um die Fragen rund um das Trinkwasser zu beantworten und wenn Sie Informationen zur Qualität Ihres Trinkwassers suchen, da vielfach Wasserversorger ihre Untersuchungsergebnisse dort veröffentlichen.

wasser. Kalt, frisch, hochwertig und ein super Durstlöscher. Toll auch mit zwei Scheibchen Zitrone oder etwas Ingwer drin.

Fahrradladen
FREILAUF GmbH

STEVENS Gudereit
FLYER KOGA tern

Max Pansegrau | Dorfstraße 17 | 24226 Heikendorf | 04 31 7 77 77
info@freilauf-heikendorf.de | www.freilauf-heikendorf.de

Fahr-Rad-Laden
Tel. 0 45 21 - 7 95 73 79
T. Lutz, Eutin

Mit **BOSCH** E-Antrieben
in der richtigen Spur!
E-Bike Kompetenz

powered by
BOSCH
VICTORIA
E-Räder. Energie erleben.

CONWAY **enviolo Testcenter**

Besuchen Sie unsere große
Ausstellung an E-Bikes
in unseren 2 Ausstellungshallen!
Kompetente und freundliche Beratung

i:SY
Das Rad neu erfunden mit
BOSCH E-Antrieb

Lübecker Str. 42, 23701 Eutin
www.fahrradladeneutin.de

"Räderwerk"
Die Fahrradwelt in Plön

Neue Modelle 2021 eingetroffen!

AUFSTEIGEN,
LOSFAHREN,
ENERGIE ERLEBEN.

PROFITIEREN SIE VON UNSERER ERFAHRUNG UND UNSERER GROSSEN AUSWAHL!

WIR SIND ZERTIFIZIERTER FACHHÄNDLER FÜR E-BIKES

E-PUNKT

Eutiner Straße 44 · 24306 Plön
Telefon: 0 45 22 - 50 86 70
raederwerk-ploen@t-online.de
www.raederwerk-ploen.de

Müll richtig entsorgen

Wie bringt man so viele Wertstoffe wie möglich zur Wiederverwertung?

Natürlich ist es quasi unvermeidbar, dass Müll anfällt – jetzt kommt es darauf an, ihn richtig zu entsorgen, so viele Wertstoffe wie möglich zu verwenden und so wenig wie möglich in den Restmüll zum Verbrennen zu geben. Und dafür stellen die örtlichen Entsorgungsunternehmen die besten Voraussetzungen bereit – mit Bio-, Papier- und gelber Tonne, mit Glas- und Altpapiercontainern lässt sich so gut wie jeder Müll so entsorgen, dass er in Biogasanlage oder im Recycling wiederverwertet werden kann.

Was kommt in den gelben Sack/die gelbe Tonne?

In den gelben Sack oder die gelbe Tonne gehören Verpackungen aus Kunststoff, Weißblech und Aluminium – wie Folien, Tuben, Konservendosen oder Plastiktüten – sowie die so genannten Verbundverpackungen wie Getränkekartons. Also: Joghurtbecher, Käseumverpackungen, Chipstüten, die Alufolie aus der Schokoladenverpackung, die Verpackungen der Weihnachtssüßigkeiten, Ketchupflaschen, eigentlich fast alles, womit man Lebensmittel gewöhnlich verpackt, es sei denn, es ist Glas oder Papier. Leere Verpackungen müssen für den gelben Sack nicht abgewaschen werden, löffelfrein reicht aus. Zu den Verpackungen zählen auch die so genannten Serviceverpackungen, die direkt im Handel befüllt werden. Darunter fallen Coffee to go-Behälter, Boxen für das take-away-Essen, Folien und Einwickelpapier aus der Fleischerei oder vom Käsestand.

Aludosen – besser als ihr Ruf

Aludosen für Getränke, Konserven und Co haben in den letzten Jahren mit einem schlechten Ruf zu kämpfen – und wirklich brauchen sie, in der Umwelt entsorgt, ewig und drei Tage, um zu verrotten. Aber: Wer sie dem Recycling zuführt, macht das mit einem wertvollen Rohstoff. Denn Aludosen sind, weil sie zu 100 Prozent recyclebar sind,

die am häufigsten recycelte Verpackung der Welt ist. Also ab damit in den gelben Sack oder die gelbe Tonne.

Papier und Pappe

Wussten Sie, dass eine Papierfaser bis zu siebenmal wiederverwendet werden kann, wenn sie sauber bleibt und achtsam dem Recycling zugeführt wird? So wie unsere Zeitungen, die aus bis zu 100 Prozent Altpapier bestehen. Also kommen Zeitungen, Zeitschriften, Schreibpapier, Verpackungen aus Pappe oder Geschenkpapier in die Papiertonne oder ins Altpapier – nicht hier rein gehören allerdings Fax- und Thermodruckerpapier wie Kassensbons oder Fahrkarten aus dem Automaten, imprägnierte und beschichtete Papiere wie Käsepapier, außerdem Kohlepapier, Styropor, Tapetenreste und verschmutzte Papiere wie gebrauchte Taschentücher, mit Essensresten verschmiertes Papier.

Glas

Glas ist ein ebenso wertvoller Rohstoff, der immer wieder recyclet werden kann – umso wichtiger ist es, Flaschen (die keine Pfandflaschen sind) und Gläser in den Glascontainer zu werfen, bitte nach Farben sortiert. Blaues oder andersfarbiges Glas gehört in den Sammelbehälter für Grünglas. Deckel aus Kunststoff oder Metall sollten eigentlich zuvor in der Gelben Tonne entsorgt werden. Allerdings macht es nichts, wenn Sie vergessen haben, sie abzuschrauben. Sie können in modernen Glas-sortieranlagen sehr gut herausgeholt und recycelt werden.

Restmüll

Hier rein gehört alles, was nicht recyclet werden kann: Fax- und Thermodruckerpapier wie Kassensbons oder Fahrkarten aus dem Automaten, Sty-

ropor, Tapetenreste und verschmutzte Papiere wie gebrauchte Taschentücher, mit Essensresten verschmiertes Papier. Auch gebrauchtes Katzenstreu sollte in die Restmüll- und nicht in die Biotonne.

Biomüll

Wer einen Komposthaufen hat, füttert ihn mit den Gemüseschalen, Obstresten, Eierschalen, keinesfalls aber mit Essensresten, das lockt Ratten an. Wer keinen hat: Alles ab in die Biotonne. Da können auch die Essensreste rein, falls es welche geben sollte. Auch Kaffeesatz, Teebeutel, verdorbene Lebensmittel... Eben alles, was organisch ist. Und keinesfalls Plastik.

Probleme machen immer wieder die angeblich kompostierbaren Biomüllbeutel. Auf den ersten Blick scheinen sie nur Vorteile zu bieten. Sie ermöglichen daheim im Haushalt eine hygienische Sammlung der feuchten Küchenabfälle und lassen sich zugebunden leicht in die braune Tonne werfen – ohne dass man sich schmutzig machen muss. Doch bei der Verwertung beginnen die Probleme. Zum Teil werden die kompostierbaren Biomüllbeutel an Kompostier- und Vergärungsanlagen im Zuge der Vorsortierung bereits ausgesondert, da man sie im großen Bioabfallhaufen aufgrund der starken Verschmutzung praktisch nicht von normalen Plastiktüten unterscheiden kann. Die Biomüllbeutel landen dann samt Inhalt, also den Bioabfällen, in der Müllverbrennung. Verbleiben sie im Verwertungskreislauf, zersetzen sie sich viel zu langsam und schaden der Verwertung des Bioabfalls – Biomüllbeutel aus Altpapier, wie im Handel erhältlich, sind genauso praktisch und verrotten wirklich schnell.

NoGo: Kippenschmeißen

Dazu gehört irgendwie auch, seine Zigarettenkippe ordentlich zu entsorgen, so unbequem es sein mag, sie einzustecken und mitzunehmen bis zum nächsten Restmüll. Obwohl sie eigentlich in den Sondermüll gehört: So eine Zigarettenkippe kann, sorglos auf den Boden geworfen, mühelos 40 bis 60 Liter Grundwasser verunreinigen – im Stummel steckt nicht nur Nikotin sondern ein fieser Mix aus Giften.

Nicht umsonst wird das achtlose Entsorgen von Kippen vielerorts mit Bußgeldern geahndet – zum Beispiel in Eutin: Zehn Euro sind dafür veranschlagt – dafür bekommt man schon wieder zwei Schachteln Zigaretten... gute Idee also, übers Kippenschmeißen nochmal nachzudenken.

IHR ABBRUCH-SPEZIALIST IN OH

- Abbruch
- Asbest-Rückbau
- Teilabbruch
- Entkernung

termingerecht | verlässlich | zertifiziert

Von SCHÖNFELS
Recycling · Bau · Abbruch

Puttgarden, Westerdor 2, 23769 Fehmarn, www.von-schoenfels.de



0151-14845420

Unser Tipp:

Einfach mal reparieren lassen

Hört sich total verrückt und vorsintflutlich an, aber manchmal lohnt es sich tatsächlich, ein Kleidungsstück mit einem Riss, einem Loch, einer aufgegangenen Naht oder Verschleißerscheinungen wie bei einer Jeans, zu einer Schneiderin/ einem Schneider zu bringen, der sie repariert. So kann man seine Lieblingsklamotten noch ein bisschen länger tragen und schont die Umwelt. Gleiches gilt für Elektrogeräte – Ihr Fachmann oder Ihre Fachfrau vor Ort repariert, wenn es sich noch lohnt, gern den kaputten Elektroherd, die Waschmaschine oder den Geschirrspüler gern und kompetent. So schonen Sie die Ressourcen, die die Herstellung eines neuen Gerätes erfordern.

Auf dem Wagnershof der Familie Zastrow:

Zottelig und im Nebenjob Landschaftspfleger

Galloways liefern herrliches Fleisch, aber sie sind auch im Naturschutz unterwegs

Auf dem Wagnershof der Familie Zastrow lässt es sich gut Rind sein, selbst oder gerade wenn man aus Schottland kommt – da nämlich leben die wuscheligen, schwarzen Galloways eigentlich, und wer das schottische Klima kennt, der wundert sich nicht, dass die Bullen Erik und Fred, ihre etwa 50 Mädels und der Nachwuchs sich hier bei uns mindestens ebenso wohl fühlen wie in der gleichnamigen Region im Südwesten Schottlands, wo sie seit Jahrhunderten gezüchtet werden. Ein bisschen rauer, feuchter ist es dort wie hier – vor Wind und Wetter aber schützt die Galloways ihr dichtes Fell. Sie sind zurückhaltend, aber freundlich im Umgang, brauchen nicht viel, freuen sich aber über üppige Weiden, die sie bei uns abknabbern dürfen und dabei noch den Naturschutz tatkräftig unterstützen. So wie bei den Zastrows.



Der Kleine hier in der Mitte ist ein Weideunfall – Galloways sind in der Regel schwarz und wuschelig, leben eigentlich im Südwesten Schottland und sind, wie man sieht, zurückhaltend, aber freundlich. Zudem sind sie nicht nur ausgezeichnete Landschaftspfleger sondern liefern auch hochwertiges, sehr köstliches Fleisch.

Seit den 80er Jahren züchtet die Familie Zastrow schon ihre zotteligen Landschaftspfleger von der Insel – „bei uns fiel Grünland aus der Pacht und wir überlegten, was wir damit machen“, erinnert sich Benita Zastrow, „und ein Freund erzählte uns von den Galloways, wie genügsam sie sind und wie gut ihr Fleisch ist. Damals war eine Gallowayzucht noch sehr exotisch.“ Mittlerweile gibt es einige Gallowayzüchter in der Region, einfach weil die hornlosen schottischen Rinder sich in unseren Breiten wohlfühlen.

Und ihr Fleisch ist ausgesprochen beliebt bei Gießern und Menschen, die gutes Fleisch schätzen. Zum einen natürlich, weil es ausgezeichnet schmeckt, zum anderen weil es der Massentierhaltung ferner nicht sein könnte. Die Galloways der Zastrows leben ganzjährig draußen, haben natürlich für Schietwetter einen Unterstand mit trockenem Stroh – zugefüttert wird ausschließlich mit Silage von den eigenen Wiesen. „Wir sind eine reine Kreislaufwirtschaft“, erklärt Benita Zastrow. „Auch die Einstreu, das Stroh für den Unterstand kommt aus eigenem Ackerbau.“ Die zotteligen Schotten haben viel Platz zum Laufen, um sich das beste

Gras zu suchen, manch einer sucht das auch mal in der Ferne, kommt aber immer wieder nach Hause zurück. „Die Galloways haben einen ausgezeichneten Orientierungssinn“, schmunzelt Benita Zastrow, „und wohl große Sehnsucht nach ihrer Herde, wenn sie sich ausgetobt haben.“ Manchmal passiert es auch umgekehrt, dass ein Bulle von der Nachbarherde sich zu den Galloways verirrt. Das Ergebnis des letzten Besuchs ist das zwar wuschelige, aber sehr hellbraune Kalb, das zwischen den ganzen schwarzen Zottelrindern steht und sich pudelwohl fühlt. Wie viele Züchter von Robustrindern haben die Zastrows für ihre Galloways Grünland in Naturschutzgebieten gepachtet, wo die Zotteligen als Landschaftspfleger unterwegs sind. Unter Beachtung aller Naturschutzrechtlichen Auflagen, versteht sich. Die Weiden werden nicht gedüngt, das übernehmen die Zotteligen gern – und weil sie regelmäßig die Weiden wechseln, hat das Grünland Zeit sich zu regenerieren.

Für rund 40 Kälber im Jahr sorgen Erik und Fred. Geschlachtet werden vor allem die Ochsen aus dem Nachwuchs – aber erst, wenn sie mindestens drei Jahre lang mit ihrer Herde mitgelaufen sind. Bei dem guten Futter, der Bewegung und der artgerechten Haltung liefern sie allerfeinstes

Fleisch, das die Zastrows in ihrem Hofladen verkaufen. Das Schlachten übernimmt die EU-zertifizierte Schlachtereier Schlüter in Wankendorf. In deren Stall bringen die Zastrows sie, dann haben die Rinder über Nacht Ruhezeit, bevor sie am Tag darauf geschlachtet werden. „Wir verwenden alles, was das Rind hergibt“, sagt Benita Zastrow, „von Schwanz bis Schnauze findet das Ganze Tier Verwendung, nichts wird weggeworfen oder verschwendet.“ So werden neben Steaks, Braten, Rouladen, Hackfleisch oder Gulasch auch Würstspezialitäten aus dem Gallowayfleisch hergestellt. Das übernimmt der Probststeierhagener Schlachter Scherer, der sich auf die Veredlung spezialisiert hat und so köstliche Mettwurst in verschiedenen Variationen, fünf verschiedene Salsisorten, unter anderem

mit Rum oder Kräutern, Bock- und Bratwurst, Fleischkäse, Kochwurst, Sauerfleisch, Corned Beef, Schinken und die beliebten Pfefferbeißer mit und ohne Chili herstellt. Im Sommer gibts für auf den Grill noch Grillwurst, Burger und Cevapcici. Wer etwas weniger, dafür aber gutes Fleisch essen will, für den sind die Produkte vom Galloway eine echte Alternative – und deutlich nachhaltiger weil klimaschonender als herkömmliches Rindfleisch. Natürlich verursacht auch die Gallowayzucht den Ausstoß von CO₂, aber bei Weitem nicht so komprimiert wie die konventionelle Rinderzucht – außerdem düngen die Zotteligen ihr Grünland selbst. Weite Transportwege entfallen, und die artgerechte Haltung der Robustrinder tut ihr Übriges.

WAGNERSHOF



**Fleisch
vom Galloway
aus eigener Zucht**

Verkauf:
Jeden Freitag, 12-16 Uhr
Jeden Samstag, 10-13 Uhr
und auf Anfrage
Bestellung jederzeit.
Tiefkühlware vorrätig.

Tel. 0 43 83 / 51 88 01
E-Mail: wagnershof@googlemail.com
Preisliste auf Wunsch

Familie Zastrow, 24329 Grebin
an der Straße Grebin-Neversfelde-Bad Malente

Unser Tipp:

Auf Ökostrom umsteigen

Noch so ein kleiner Schritt, der nicht wehtut und im Zweifel nicht nur die Umwelt sondern auch den Geldbeutel schont: Umsteigen auf Ökostrom. Die meisten Stromversorger bieten längst diese Möglichkeit an, wenn sie nicht gar ausschließlich Ökostrom im Programm haben. Ökostrom wird durch Wasser-, Wind- oder Sonnenkraft erzeugt und ist damit nicht nur sehr klimafreundlich sondern fördert auch die Nutzung regenerativer Energien, während Atomstrom immer weiter ins Aus gerät, wo er auch hingehört.

Unsere Knicks:

Wunderbarer Lebensraum für Tiere und Pflanzen

Naturgeschützt, nachhaltig seit Jahrhunderten und (fast) einzigartig

Überall anderswo wären es einfach nur Hecken, die Sträucher und Gehölze, die unsere Wege und Felder säumen – bei uns sind es Knicks. Zum Teil jahrhundertalt stehen sie unter Naturschutz – weil sie Naturerbe und ein einzigartiger Lebensraum für Tiere und Pflanzen sind.

Der Name Knick rührt aus längst vergangenen Zeiten, als die Menschen die angepflanzten Hecken als Umzäunung und Schutz der Weiden und Felder nutzten. Sie „knickten“ ihre Zweige, um sie miteinander zu verflechten, um diese lebendigen Zäune dichter zu machen. In regelmäßigen Abständen wurden sogenannte Überhälter gepflanzt, schnittverträgliche Baumarten wie Stieleiche (die zudem Eicheln fürs Tierfutter lieferte), Ahorn, manchmal auch Buche – sie dienten zur Gewinnung wertvollen Holzes, lieferten Bau- und auch Brennholz wie die Sträucher darunter. Zudem wurden die Nüsse und Früchte der Sträucher geerntet, verarbeitet und als vitamin- und mineralstoffreicher Wintervorrat angelegt. „Die Vielfalt der Nutzung bedingte die Vielfalt der Arten“, erklärt Joachim Siebrecht, Leiter der Unteren Naturschutzbehörde des Kreises Ostholstein, „Knicks waren multifunktional. Unten in der Krautschicht wuchsen Wildkräuter, darüber die Strauchschicht mit den Beeren und Nüssen, darüber



Fotos: Kreis Ostholstein/ Untere Naturschutzbehörde

das wertvolle Holz.“

Weiß- und Schwarzdorn sind es bis heute unter anderem, Schlehe, Hasel natürlich, verschiedene Weidearten (aus deren flexiblen Zweigen Körbe geflochten wurden), Schneeball, Hagebutte, Fliederbeere und die Krete, eine schleswig-holsteinische Besonderheit, eine aromatische Frucht, die fast in Vergessenheit geraten wäre, heute aber wieder Verwendung in Marmelade oder Likör findet.

Knicks gibt es bei uns seit Jahrhunderten, vergleich-

bar sind sonst nur noch die Wallhecken in Niedersachsen. Knicks wurden angelegt auf einem Wall, der meist aus Feldsteinen gelegt wurde – so ergab sich ein natürlicher Graben auf beiden Seiten, der für Entwässerung sorgte und das Biotop Knick bereicherte.

Im Rahmen der Flurbereinigung wurden in den 60er Jahren Kilometer von Knicks abgeholzt, um größere Felder zu schaffen, die Bewirtschaftung zu erleichtern und vermeintlich die Ernte zu vergrößern – heute weiß man, dass kleinere Felder deutlich besser sind für die Umwelt und so letztendlich auch für den Ertrag. Sie bieten

dank Biodiversität ein reichhaltigeres Nahrungsangebot für Vögel und andere Tiere, Unterschlupf und Schutz, sorgen für größeren Artenreichtum. Knicks sind ihre bestmögliche natürliche Begrenzung. In ihnen finden selten gewordene Tiere wie Haselmaus oder Laubfrosch, Fledermäuse und Wildschutz und Lebensraum. In ihnen nisten die unterschiedlichsten Vogelarten, die hier auch gleich Futter finden – ihre Blüten dienen in Frühling und Sommer zahllosen Insekten als Nahrung.

Anzeige

Perspektive `21: Besser leben nach Corona

Anzeige

Coaching-Gespräche helfen gegen den Viren-Frust und bereichern nachhaltig das eigene Leben.

Ronald Wellach (56) ist Coach, Berater und Autor in Bosau. Der Germanist und Philosoph unterstützt Menschen aller Berufs-, Alters- und Lebensgruppen dabei, ihre persönlichen Fähigkeiten im Umgang mit sich selbst und der Welt weiterzuentwickeln. In Corona-Zeiten rät er, die neuen Herausforderungen für ein besseres eigenes Leben zu nutzen. Das funktioniert auch in der Online-Videokonferenz.

„Das Virus betrifft uns alle. Es wird unsere Welt auch 2021 noch stark beeinflussen“, meint Wellach. Seine Klienten erspüren und reflektieren im Coaching-Gespräch, wie sich ihr eigenes Leben und ihr Selbstbild gerade verändern. Das offene vertrauliche Gespräch bietet ihnen die Möglichkeit, neue Perspektiven zu entdecken.

Life-Coaching und berufliche Kommunikation

Jeder Klient bringt seine ganz eigenen Lebensthemen und Fragestellungen mit. Im Life-Coaching kommen sie laut Wellach vor allem aus dem privaten und psychischen Bereich, oft aber auch aus den sozialen, berufli-

chen oder geschäftlichen Umfeldern. Zum Beispiel sucht da eine Alleinlebende im Home-Office nach Wegen aus dem anhaltenden Sich-allein-Fühlen. Oder der Geschäftsführer eines mittelständischen Unternehmens beschäftigt sich mit den Veränderungen in der Business-Kommunikation durch ständige Videokonferenzen. Die erfordern neue Rhetorik- und Text-Kompetenzen, die im Coaching erarbeitet und bei Bedarf in wirksame Texte umgesetzt werden.

Persönlichkeits-Coaching: Alltag und Philosophie

Mit „Zoom“ und Co. kommen laut Wellach nicht alle Anwender ohne



Coach Ronald Wellach bietet im Januar ein „Life-Coaching für Neueinsteiger“ mit 25 Prozent Rabatt an.

Weiteres zurecht. Auch in solchen Alltagsdingen hilft seine vielseitige Lebens- und Kommunikationsberatung. Zudem gebe es in seiner Praxis immer auch die Möglichkeit, einen weiten philosophischen Blick auf das eigene Leben

zu werfen. Die Klienten suchen im Gespräch mit dem Coach wohl so etwas wie menschlichen „Sinn“. Wellach spricht lieber von den vielen „Zusammenhängen“, die jeder Mensch zwischen seinen Gedanken, Gefühlen und Erlebnissen herstellt. „Das kann man als ganz eigenes, sinnvolles Leben bezeichnen. Im Persönlichkeits-Coaching kann man es erfahren und gestalten“, verspricht der Philosoph.

Kontakt:

Ronald Wellach,
Kommunikationskontor/
Philosophische Praxis Bosau,
Tel. 04527-7429940,
info@kommunikationskontor-luebeck.de
www.kommunikationskontor-luebeck.de, www.philosophische-praxis-luebeck.de

„Knicks sind eine unvergleichliche Artengemeinschaft“, weiß Joachim Siebrecht, „viele sind mehrere hundert Jahre alt und bieten einen einzigartigen Lebensraum für Tiere und Pflanzen.“ Daher stehen sie heute unter Naturschutz und prägen – auch wenn wir sie heute nicht mehr so nutzen wie einst – unsere Landschaft. Dabei sind sie und ihre Bewohner immer wieder gefährdet, auch durch den Einsatz



von Pflanzenschutzmitteln, aber auch durch die Einheitspflege, die ihnen angediehen lassen wird.

Für viele Landwirte sind Knicks auch heute noch ärgerliche Hindernisse, denn der Eigentümer oder Pächter des Feldes muss sie nicht nur fachgerecht pflegen, er darf auch nur bis zu 50 Zentimetern vor dem Knicksaum bewirtschaften, der Knickwall darf nicht angepflügt werden. Das aber nimmt ihm nur vermeintlich Fläche, denn Studien beweisen, dass der Ertrag auf knickgesäumten Feldern höher ist als auf frei liegenden. Das mag auch daran liegen, dass die Knicks das Feld vor Wind und Wetter schützen und so die Bodenerosion mindern, aber auch die Ernte vor Sturmschäden.

Ihre Pflege unterliegt naturschutzrechtlichen Auflagen, 2013 wurde eigens ein Knickerlass verabschiedet zur ihrem Schutz – aber er könnte noch etwas differenzierter sein. Denn er erlaubt das auf-den-Stock-setzen (das Abnehmen) der Knicks alle 10 bis 15 Jahre, schränkt es aber nicht ein. Früher seien die Knicks einfach frei wachsen gelassen worden,

erzählt Joachim Siebrecht, und alle paar Jahre auf den Stock gesetzt, aber immer nur partiell, nie auf ganzer Strecke, um den Tieren weiter Unterschlupf und Nahrung gewährleisten zu können. Das ist heute nicht immer der Fall, und so verlieren dabei immer wieder Tiere und Pflanzen ihren Lebensraum.

Alle drei Jahre dürfen die Seiten der Knicks „aufgeputzt“ werden – die weniger schönen Ergebnisse sind oft gut zu sehen, wenn die Zweige der Sträucher an den Seiten abrasiert aussehen, der Knick nur noch ein schmaler Streifen ist. Beim übermäßigen Aufputzen wird jedoch der Knick verletzt, sein Kern freigelegt, die Tiere, die hier leben, verlieren ihren Schutz, ihren Lebensraum – „viele werden im wahrsten Sinne des Wortes aus dem Nest gepustet“, so Joachim Siebrecht,

„Knicks werden heute maschinell gepflegt, einheitlich statt individuell.“ Individuellere, partiellere und achtsamere Pflege würde zwar mehr Arbeit verursachen, die Knicks aber als den einzigartigen Lebensraum und das prägende Bild unserer Landschaft erhalten.

Unser Tipp:

Neue Knicks für die Landschaft

Unter dem Motto „Ostholstein blüht auf - Ostholsteiner Knickinitiative“ wurden im Kreis Ostholstein in den letzten zwei Jahren etwa 1,9 km neue Knicks bzw. Feldhecken angelegt und rund 2 km Knick durch Neubepflanzung aufgewertet. Auch in den kommenden Jahren soll diese Initiative fortgeführt werden. Der Kreis Ostholstein unterstützt und fördert finanziell weiterhin das Engagement von Eigentümern und Pächtern, die Knicks anlegen oder lückige Knicks bepflanzen wollen, um wichtige Lebensräume für viele seltene und gefährdete Tiere zu entwickeln. Besonderer Fokus liegt bei der Auswahl gebietsheimischer, regionaler und blühender Gehölze, die insbesondere für Blütenbesucher wie Wildbienen, Hummeln und Schmetterlinge eine hohe Attraktivität haben. Informationen gibt die untere Naturschutzbehörde des Kreises Ostholstein telefonisch unter 04521/788-879 sowie auf der Internetseite www.ostholstein.de bekannt.

über **25** Jahre
seit **1994**

Mit grüner Technologie
die Zukunft gestalten!

Wir haben die Lösungen.

- Photovoltaikanlagen, Stromspeicher, Wallboxen
- Flächenspeicherheizungen, Infrarotheizungen
- kombiniert mit moderner Elektrotechnik

Gern vereinbaren wir einen persönlichen Beratungstermin!

Wir sind die Energie der Zukunft.



das innovative
bruhn-unternehmen

dibu-energie.de

Jan Bruhn

Vadersdorf 1

23769 Fehmarn

Tel. 0 43 71/888 77-0

Demokratisierung der Mode oder kapitalistischer Konsumzwang?

Fast Fashion garantiert uns immer die neueste Mode zum günstigsten Preis - doch die Arbeiter*innen riskieren dafür täglich ihr Leben

Mode und Prestige sind seit Jahrhunderten eng verknüpft, heutzutage ist Kleidung mehr denn je ein Instrument der Selbstinszenierung. Die Redewendung „Kleider machen Leute“ geht sogar bis ins 16. Jahrhundert zurück, doch seitdem hat sich die Mode nicht nur stilistisch verändert, sondern auch in sämtlichen Bereichen an Geschwindigkeit zugenommen, bis hin zur heutigen „Fast Fashion“.

Wir kleiden uns nach der ständig neuen neuesten Mode, wollen mit den neuesten Pieces unsere Individualität betonen, oder ahmen unsere liebsten Stars nach. Möglich ist das, weil Mode erschwinglich geworden ist: Ein T-Shirt für 4,99 Euro, ein Kleid für 19,99 Euro, eine Jeans für 29,99 Euro. Tragen Stars teure Designerstücke oder etablieren einen neuen Style gibt es ähnliche Kleidung schon bald bei den gängigen Modeketten zu kaufen: Nur zwei Wochen dauert der Prozess vom Design bis zur Auslieferung einer Kollektion in der gewaltigen Industriemaschinerie der Fast Fashion.

Auf der Strecke bleiben dabei nicht nur die Qualität der Kleidung und die ökologische Verantwortung, sondern auch der Lohn, die Arbeitsbedingungen und die Sicherheit der Arbeiter*innen. Von den 4,99 Euro, die ein T-Shirt kostet, bleiben nur 13 Cent an Lohn für die Näher*innen, im mittleren Preissegment (T-Shirts für 29,00 Euro) bleiben nur 18 Cent Lohn. Erst im Bereich der sogenannten Slow Fashion, der Gegenbewegung der Fast Fashion, bleiben von einem 19,90 Euro kostenden T-Shirt immerhin 60 Cent für die Näher*innen (Quelle: Fast Fashion. Die Schattenseiten der Mode. Ausstellung im Museum für Kunst und Gewerbe Hamburg, 2015).

Neben den Billiglöhnen fehlt es an Gewerkschaften, die für die Rechte der Arbeiter*innen eintreten könnten (wer eine solche Gewerkschaft gründen möchte, verliert oftmals seinen Job), an humanen Arbeitszeiten oder gar Urlaub, an Schutz vor Chemikalien und Arbeitssicherheit in den Fabriken. Selbst Kinder arbeiten von früh bis spät in den Fabriken anstatt zur Schule zu gehen, um mit ihrem mickrigen Lohn zum Überleben der Familie beizutragen.

„Für mich ist Fast Fashion ein Inbegriff von Flüchtigkeit: Nicht nur das Design, auch die Materialität und die Art, wie die Stoffe verarbeitet sind - man sieht auf den ersten Blick, dass die Kleidung nicht



Dorothea Mercedes Kaiser ist gelernte Maßschneiderin im Fachbereich Herren: Fast Fashion bedeutet für sie nicht nur das Aussterben ihrer Berufsgruppe, sondern auch mangelnden Respekt vor dem Handwerk

für die Ewigkeit gemacht ist“, sagt Dorothea Mercedes Kaiser. Die gelernte Maßschneiderin im Fachbereich Herren mag kaum zusehen, wie Kleidung bereits im Geschäft behandelt wird: „Wir versuchen uns mit Kleidung aufzuwerten, indem wir Markenkleidung oder die neueste Mode tragen, aber behandeln sie schon im Geschäft, als hätte die Arbeit, diese Kleidung herzustellen, keinen Wert.“ Bereits während ihrer Ausbildung von 2010 bis 2013 blieben viele Lehrstellen unbesetzt: Es gibt als Schneider*in in Deutschland kaum Chancen - von der Selbstständigkeit kann man in den seltensten Fällen leben, auch im Bereich der Änderungsschneiderei geht es immer mehr um Geschwindigkeit, weil es sonst zu teuer wird. Kaiser arbeitet mit einer halben Stelle in der Kostümwerkstatt eines Theaters, nebenbei hat sie angefangen zu studieren. „Ich

habe die Ausbildung damals gemacht, weil ich es toll finde, am Ende des Tages zu sehen, was ich mit meinen Händen geschaffen habe, aber Menschen sind nicht mehr bereit, den Preis für das Handwerk zu zahlen“, sagt die 29jährige. „Dabei trägt jeder Kleidung und drückt sich darüber aus, in Mode verbirgt sich so ein starkes Narrativ: Mit meiner Kleidung erzähle ich wer ich bin, was mir wichtig ist, was ich schön finde.“

Durch die Geschwindigkeit, mit der Fast Fashion neue Kollektionen in die Läden bringt, müssen wir uns darüber kaum mehr Gedanken machen: Wir haben vermeintlich die freie Wahl, können uns entscheiden was uns gefällt, und müssen uns keine Gedanken darüber machen, wie lange das so bleibt - noch bevor uns ein Kleidungsstück nicht mehr gefällt, ist schon die nächste Kollektion draußen und erzählt uns, was gerade modern ist. Die Unzulänglichkeiten der Fast Fashion - passt nicht richtig, geht schnell kaputt, gefällt bald nicht mehr - lösen sich in ihrer Flüchtigkeit auf.

Inzwischen gibt es viele Labels, die sich dieser Maschinerie explizit entgegensetzen und auf faire und nachhaltige Kleidung setzen. Petra König hat vor einigen Jahren mit ihren Schüler*innen an der Voß-Schule eine faire Modenschau organisiert. „Da waren tolle modische Teile dabei, die die Jugendlichen hinterher auch teilweise gekauft haben“, erzählt die Lehrerin. „Da findet langsam ein Umdenken statt - wir haben auf faire Labels aufmerksam gemacht und konnten die Schülerinnen und Schüler auch für Second-Hand-Shopping begeistern.“ Doch auch bei fairer Kleidung von Labels wie Armediangels, Reclamation, TwoThirds und Woodlike spielt der Transportweg eine große Rolle, es werden immer Ressourcen verbraucht. Wichtig ist daher ein reflektierter Konsum. Statt sich vom Kaufrausch überwältigen zu lassen und Schnäppchen zu jagen, sollte man überlegen, wo ein Teil herkommt, wie es hergestellt wurde, und ob man es wirklich benötigt.

„Ich wünsche mir, dass wir Verantwortung für die Kleidung übernehmen, die wir kaufen“, sagt Kaiser. „Egal ob Fast Fashion, Second Hand oder Faire Kleidung - das Kleidungsstück ist von jemandem hergestellt worden und bleibt auch noch in der Welt, wenn wir es nicht mehr haben wollen. Wir sollten uns bei jedem Teil überlegen, ob wir es brauchen, ob es uns auch in einem Jahr noch gefällt, ob es uns glücklich macht.“

**EDEKA WELZ SETZT AUF „BIO“,
NACHHALTIGKEIT – UND MEHR TIERWOHL**

„Bei uns finden Sie in der Fleischabteilung ein breites Angebot an Waren von Rind, Schwein und Geflügel in Bio-Qualität. Die ethische Frage tiergerechterer Haltungsstandards sind die Antriebsfedern für unsere gezielte Sortimentsausrichtung“, sagt Simone Welz.

aktiv markt
Simone Welz
Langenrade 2 · 24326 Ascheberg
Tel. 04526-309 406
E-mail: edeka-welz@wannet.de

...ihr Markt mit
Auswahl & Frische

- Landwirtschaft auf Fehmarn
- Seit Jahrhunderten nachhaltig!!!

Grüner geht's nicht!!!

Naturnahes Wohnen in guter Nachbarschaft in Lütjenburg

Auf dem Areal der ehemaligen Schill-Kaserne in Lütjenburg wird „Urbanes Wohnen“ als neues Quartier entstehen. Lütjenburg ist die erste Gemeinde Schleswig-Holsteins, die das Konzept „Urbanes Wohnen“ vermarktet und damit plant. Hinter diesem Begriff steht eine städtebauliche Mischung aus Wohnen und Arbeiten, bei der beide Nutzungsmöglichkeiten sich in etwa die Waage halten sollen. In diesem neuen Quartier wird auch die private Wohngenossenschaft Uns Lüttenborg zwei Häuser mit jeweils zehn Wohneinheiten bauen. Lütjenburg als Wohnort bedeutet nicht nur Wohnen in einer der schönsten Gegenden Schleswig-Holsteins – der Holsteinischen Schweiz, zudem ist Lütjenburg mit einem guten Liniennetz der öffentlichen Verkehrsmittel ausgestattet. Lütjenburg bietet

eine hervorragende Infrastruktur, die nicht nur Bildungsstätten und Ärzte miteinschließt, sondern auch zahlreiche Einkaufsmöglichkeiten sowie eine kleine Einkaufsstraße in der Altstadt. Damit vereint Lütjenburg das Leben im Grünen mit dem komfortablen Leben einer gut ausgestatteten Gemeinde. Das ehemalige Kasernengelände liegt abseits viel befahrener Straßen, ist eingebettet in ein etabliertes Wohngebiet und absolut ruhig und im Grünen. Auch die Nähe der Ostsee und des Selenter Sees bieten ein gutes Lebensumfeld. Gerade durch die aktuelle Diskussion um den Klimawandel und dessen Folgen ist es wichtig, dass auch beim Bauen umgedacht wird. Der Umgang mit dem eigenen ökologischen Fußabdruck prägt das Denken der Menschen immer mehr. Klimafreundliche

Bauweise und auch die Möglichkeit für die täglichen Wege auf das Auto zu verzichten, zeichnen dieses Umdenken aus. Darauf bietet die private Wohngenossenschaft Uns Lüttenborg eine Antwort. Die Wohnungen werden energieeffizient - nach dem neuesten KfW-EH-55 Standard erstellt und durch die gute Infrastruktur des Ortes ist der Verzicht auf ein Auto gut möglich. Als Mitglied der privaten Wohngenossenschaft ist man Teilhaber und Nutzer (Mieter) zugleich, da die Wohngenossenschaft den Wohnraum nur an eigene Mitglieder vermietet. Mit der Einzahlung der Einlage – die wesentlich geringer ist als beim Kauf von Eigentum – erwirbt man ein lebenslanges Nutzungsrecht. Jede Etage ist mit dem Fahrstuhl erreichbar und damit barrierearm und schwellenfrei zugänglich. Ergänzt

wird dies zusätzlich durch breitere Türen in allen Wohnungen und bodengleiche Duschen. Grundsätzlich besteht ein schwellenfreies Bewegen in der kompletten Wohnanlage. Die Gebäude ermöglichen Menschen in jeder Lebensphase hier komfortabel zu. Jede Wohneinheit verfügt über einen Balkon oder eine Terrasse in Süd-Ausrichtung. Auf dem Gelände werden ausreichend Fahrrad- sowie PKW-Stellplätze errichtet. Gemeinsam statt einsam ist das Motto der Genossenschaft und gibt damit auch in Zeiten der Pandemie ein viel angesprochenes Nachbarschaftsmodell vor. Eine aus der Genossenschaft entstandene lebendige und solide gewachsene Hausgemeinschaft sorgt für eine besondere Lebensqualität und ist oftmals ein Impulsgeber für das ganze Quartier.



Uns' Lüttenborg

Wohngenossenschaft eG



20 Neubauwohnungen in Lütjenburg

- 20 Wohneinheiten, 2 - 4 Zimmer
- Einlagen ab 44.500,- €
- Nutzungsentgelt ab 400,- €/mtl.
- Erstbezug Sommer 2022



Vertrieb: Tobias Meisheit • Tel.: 04307 / 900-237
 meisheit@ting-projekte.de • www.ting-projekte.de

Qualität hat einen Namen

Seit 1913 – immer für Sie da



**Der Weg zu Fritze
lohnt immer.**

**Original Holsteiner Wurst-
und Katenschinkenspezialitäten**

**Für sie, liebe Kunden, vorbereitet:
leckere Filettöpfe, schmackhafte Rouladen,
reichhaltige Eintöpfe und viele weitere
Leckereien und Schlemmereien
aus der Holsteiner Küche**

Bioland

**Umfangreicher Partyservice
nach Ihren Wünschen**

*Wild aus
heimischen
Wäldern!*

Langenrade 4
24326 Ascheberg
Tel. 0 45 26 / 85 70

Öffnungszeiten:

Montag	Ruhetag
Dienstag	8.00 – 13.00 Uhr 15.00 – 18.00 Uhr
Mittwoch	8.00 – 13.00 Uhr
Donnerstag	8.00 – 18.00 Uhr
Freitag	8.00 – 13.00 Uhr 15.00 – 18.00 Uhr
Samstag	8.00 – 13.00 Uhr



Dorfstraße 27
24236 Kalübbe
Tel. 0 45 26 / 14 04

Öffnungszeiten:

Montag	Ruhetag
Dienstag	8.00 – 13.00 Uhr
Mittwoch	8.00 – 13.00 Uhr
Donnerstag	8.00 – 13.00 Uhr
Freitag	8.00 – 13.00 Uhr 15.00 – 18.00 Uhr
Samstag	8.00 – 13.00 Uhr



www.fleischer-mit-herz.de