

Betreff: **Praktissima 2024**
Name: MütZe Ingelheim e.V.

Machen ist wie Wollen - nur krasser Nachhaltigkeit in Mütterzentren

Habt ihr schon vom "Beauftragten für die zukünftigen Generationen" gehört?

Diesen Posten gibt es in der Regierung von Wales.

Die Aufgabe: Bei jeder wichtigen Entscheidung auf Nachhaltigkeit.

So ein Mütterzentrum hat auch einen Beauftragten für die Nachhaltigkeit.

Wer nach "Nachhaltigkeit" zunächst erst einmal nichts ein, dadurch waren wir sehr irritiert.

Wie konnte es sein, dass uns nichts einfiel?

Naja, vielleicht könnte man ja ein Aquaponik bauen, also ein Wassertank mit

Fischen, der, mit einer kleinen Pumpe, Wasser aus dem Becken nach oben in einen

dort platzierten Gemüsegarten leitet.

Toll wäre es auch, den Mitarbeiter*innen E-Bikes zur Verfügung zu stellen, um

nachhaltiger zur Arbeit zu kommen, oder Termine wahrzunehmen.

Diese Ideen waren aber irgendwie zu weit hergeholt,

oder doch nicht?...

Aber, als wir in uns gingen und uns vor Augen führten, was wir in unserem Alltag

an „nachhaltigen“ Dingen schon alles haben, teilweise ganz unbewusst, aber für

uns völlig selbstverständlich, entschieden wir uns in diesem Jahr, keine Ziele zu

formulieren, sondern euch lieber ein großen bunten Strauß an Dingen aufzuzählen,

die Euch eine Anregung geben könnten, vielleicht auch etwas hiervon umzusetzen.

Wir arbeiten viel mit den kleinen Geschäften, Bauern und Künstler*innen um uns

herum zusammen. Auch beziehen wir unsere alltäglichen Materialien und Lebens-

mittel so regional wie möglich. Doch das ist nur ein Bruchteil von all dem was das

MütZe Ingelheim leistet.

Daher folgt hier unser alltägliches nachhaltiges Leben im MütZe Ingelheim

Inhaltsverzeichnis

Umsetzungsbeispiele aus dem MütZe Ingelheim

- 02 Verschenke- Regal
Die Schatztruhe – Gutes aus zweiter Hand
Mehrweggeschirr statt Einweg
- 03 Pflanzentisch/ Samenbörse
Regionale und Saisonale Produkte
Büfett
- 04 Wassersprudler
Nachbarschafts-Naschgarten
NAS (Papiersparen)
- 05 Hochbeete KiTa
Natur und seine Materialien
ReFashion-Workshops
Weiterverwertung von Altgläsern
- 06 Upcycling-Treffs
Achtsamkeit mit dem Material
Makulatur
Siebdruck
Ferienprogramm
- 07 Folgende Angebote werden noch im 2. Halbjahr
von uns umgesetzt werden
- 08 Wo sind wir in 2025? (Unsere Wünsche)
Fahrradleasing
E-Parkplätze
Solaranlage
Bienen
Gartengrundstück (Pacht)
Nachbarschaftsgarten
Kuscheltierwerkstatt
Begrünung vom Vorplatz
- 09 Wassertonne
Hausschwein
Hühner
Arbeit mit der Kinder- & Jugendfarm
Aquaponik
- 10 Schlusswort

MütZe

Das Verschenkeregale

Seit einigen Jahren haben wir auf unserem Vorplatz ein kleines Regal bereitgestellt. Dieses hat den liebevollen Namen „Verschenke-Regal“ bekommen und hat einen großen Bekanntheitsgrad in unserem Umfeld erlangt. Ziel dieses Regals ist es, die nicht mehr benötigten oder ungewollten Haushaltsartikel wie Geschirr, Schmuck, CDs, Dekoration und etliche andere Sachen dort abzustellen, um ein neues Zuhause für sie zu finden. Das Regal ist sehr beliebt und es gibt einen regen Tausch an Waren aller Art. Aus diesem Regal heraus ist eine neue Idee unsere „Schatztruhe“ entstanden.

Die Schatztruhe



Dieser ausschließlich ehrenamtlich betriebene Secondhand-Laden begann einst mit der Idee eine Kleiderstange im Foyer aufzustellen. Hier sollte neben dem Verschenke-Regal die Möglichkeit geschaffen werden Secondhandkleidung zu verschenken. Dies hat mit der Zeit immer größere Ausmaße angenommen und unsere eigenen Räumlichkeiten haben nicht mehr ausgereicht. Es wurde die Idee eines eigenen Secondhand-Ladens geboren. Nach vielen Gesprächen mit potentiellen Vermieter*innen, öffnete am 23.09.2022 die Schatztruhe zum ersten Mal ihre Tür. Zunächst waren die Öffnungszeiten

sehr überschaubar, an zweiten Tagen in der Woche hatte der Laden für jeweils 2 Stunden geöffnet. Doch mittlerweile ist es uns, dank der Mitarbeit vieler freiwilligen Mitmacher*innen, möglich den Laden täglich (außer Donnerstag) für mehrere Stunden zu öffnen. Es gibt eine feste Annahmezeit für „neue“ Kleidung und auch Haushaltsartikel. Von Kleidung zu Haushaltsgeräten und Geschirr gibt es eine bunte Vielfalt, die für die Schatztruhe gespendet werden können. Aktuell plant das Team eine „Wall of Fame“ um die Nachhaltigkeit und die Vielfalt und als Form unseres Danks an die Spender*innen zu zeigen. Die „Wand“ soll die Wieder- und Weiterverwertung der Kleidung, Geräte o.ä. zeigen. Wir wollen mögliche Hemmschwellen abbauen und Ideen für die Umgestaltung der Kleidung schenken. Die Waren werden für die Abgabe an die Kund*innen gespendet. So ist es uns möglich die Waren gegen geringe Beiträge an die Kund*innen abzugeben. Die Einnahmen in Form von Spenden kommen der MütZe-Arbeit zugute. Mit den Mitteln werden weitere nachhaltige und soziale Projekte unseres Hauses gefördert.

Um möglichen Stigmatisierungen vorzubeugen, darf in unserem Laden jeder und jede einkaufen. Wir stellen den Aspekt der Nachhaltigkeit absolut in den Vordergrund. Das hat zwei gewünschte Effekte:

- keine Stigmatisierung, weil alle hier einkaufen
- Sensibilisierung für die Themen Wieder- und Weiterverwertung, Nachhaltigkeit und Konsum

Mehrweggeschirr statt Einweg

In unserem Frei-Licht-Café nutzen wir ausschließlich Mehrweggeschirr um weniger Plastikmüll zu produzieren. Ebenso verwenden wir Kunststoffdosen, Einweggläser und alles, was sich irgendwie wieder zu verwerten lässt (z.B. Gewürzboxen/ Gummibärchenboxen) um zu viel gekochtes Essen mitzugeben.

Pflanzentisch / Samenbörse



Jedes Jahr nach den Eiseiligen stellen wir auf unserem Vorplatz einen Tisch zur Verfügung, um Pflanzen zu tauschen. Hier werden Pflanzensetzlinge, Zimmerpflanzen und ähnliches zum Tausch oder einfach nur mitnehmen aufgestellt. Seit zwei Jahren gibt es in Ergänzung zum Pflanzentauschtisch auch die Samentauschbörse. Im Haus stellen wir eine liebevoll gestaltete Sortier-Box mit kleinen Papiertütchen für Saatgut zur Verfügung. (Hobby)-Gärtner*innen können samenfeste Pflanzensamen einsortieren und für andere zur Verfügung stellen.

Regionale und Saisonale Produkte

Regionale und Saisonale Produkte werden in unserer eigenen Küche zubereitet: Wir beziehen unsere Lebensmittel größtenteils von umliegenden Bauern und Händler*innen. Wir unterstützen damit auch die umliegenden Metzgereien und unsere benachbarte Bäckerei.



Büfett



Wir kochen jeden Tag frisch. Hierbei achten wir auch sehr darauf, dass wir nur für die Menge an Personen kochen die an diesem Tag auch wirklich mitessen, um eine Überproduktion zu vermeiden. Wenn dennoch Essen übrig bleibt, wird dieses von den Mitarbeiter*innen gerne mitgenommen.

Wir achten mit den Kindern gemeinsam auf die Portionsgrößen. Alle Kinder, auch die ganz kleinen, bestimmen ihre Portionsgröße selbst. Dabei dürfen sie auch aussuchen was sie essen und in welcher Reihenfolge. Niemand wird gezwungen etwas zu probieren. Alle dürfen essen, bis sie satt sind. Es muss also

niemand den Teller aus Angst nicht satt zu werden, überfüllen.

Wenn es dann doch Reste auf den Tellern gibt, werden diese zusammen mit den Zubereitungsabschnitten wie z. B. Gemüschalen und anderer Verschnitt von benachbarten Hühnern und Kaninchen verzehrt.



Wasserspender



Durch unsere Wassersprudler, die direkt an die Trinkwasserleitungen angeschlossen sind, wir haben insgesamt 4 Stück im Haus, vermeiden wir den übermäßigen Kauf von Mineralwasser. Auf diese Weise sparen wir Energie, welche durch die Herstellung und Transport entstehen. Wir sparen auch Kosten, die durch den Personalaufwand und die Logistik entstehen würden. Lediglich die Strom- und Gasflaschenkosten bleiben uns nicht erspart.

Und ganz nebenbei sprechen wir mit unseren Mitmacher*innen, Kindern, Mitarbeiter*innen und Gästen über Trinkwasser.

Wir nutzen diese Gespräche um für die Themen Trinkwasser und Nachhaltigkeit zu sensibilisieren.

Nachbarschafts-Naschgarten

Unsere Hochbeete auf unserem „Marktplatz“ werden von allen Nutzer*innen mitgepflegt, versorgt, gegossen, geerntet, etc: Wir haben Patenschaften für diese Hochbeete. Gemeinsam kann auch genascht werden. So können Menschen, die nicht die Möglichkeit haben sich jeden Tag um ein kleines Beet sorgen, sich für die Suppe z.B. ein paar Kräuter pflücken um mit frischen Kräutern zu kochen. Auch Menschen ohne Balkon oder Garten können sich einbringen uns an den Hochbeeten ausleben. Natürlich wird hierfür auch eine gewisse Menge an Wasser verbraucht. Um diesem Verbrauch etwas entgegen zu kommen planen wir Regenwassertanks aufzustellen. Dafür müssen erstmal Plätze gefunden und das Geld für die Anschaffung aufgebracht werden.



NAS Hardware (zum Papier sparen)

Wir haben schon vor vielen Jahren eine Netzwerkplatte (NAS) installiert. Dieses dient uns als zentrales Netzwerk, Speicher- und Sicherungsmedium. Damit ist es uns möglich digital Dokumente und wichtige Informationen zur Verfügung zu stellen und so eine Menge Papier und Zeit zu sparen. Die gewonnene Zeit kann für die Planung anderer ökologischer Projekte genutzt werden.

Natürlich setzt das System voraus, dass ein gewisses technisches Grundwissen besteht und auch jemand dafür zuständig ist. Denn auch hier ist Ordnung das A & O.

Hochbeete KiTa



Auch unsere KiTa hat einige Hochbeete auf dem Außengelände. Wir wollen damit den Kindern die Natur näher zu bringen, in dem wir Gemüse, Kräuter und Früchte selbst anbauen. So können wir schon den aller Kleinsten unter uns, für unsere Lebensmittel sensibilisieren und ganz nebenbei auch die Arbeit, die mit dem Anbau von Lebensmitteln verbunden ist verdeutlichen. Wir wollen dazu beitragen, dass die Arbeit der Landwirte mehr Wertschätzung erfährt und die Kinder von Beginn an lernen, dass die „Kuh nicht lila ist“.

Ebenso wie für die Naschgärten arbeiten wir daran eine eigene Wasserversorgung für unsere Beete aufzustellen.

Anfangs fehlte uns das Fachwissen, nicht jeder hat Ahnung vom Gärtnern. Zum Glück haben wir ein paar Fachkundige Kolleg*innen die sich jedes Jahr gemeinsam mit den Kindern um die Bestückung und Pflege der Beete kümmern. Es wird gemeinsam mit den Kindern gelernt und auch mal etwas neues ausprobiert.

Die Versorgung der Pflanzen in den Schließzeiten musste geklärt werden. Vor allem Gurken und Tomaten brauchen viel Wasser und im Sommer haben wir drei Wochen geschlossen. Dies haben wir bisher durch freiwillige Unterstützung aus dem Team organisieren können.

Und es gilt: „wer gießt, darf auch ernten „

Natur & seine Materialien



Oft bringen die Kinder von ihren Spaziergängen Naturmaterialien wie Steine, Kastanien, Blätter oder Äste mit, diese versuchen wir mit in den KiTa Alltag einzubringen, sie als Bastelmaterial zu nutzen oder als Teile eines neuen Spiels. Auch versuchen wir die Dekoration an die aktuelle Jahreszeit anzupassen und den Kindern zu ermöglichen diese Materialien näher und mit allen Sinnen kennen zu lernen. Auch ihre Umwelt kennen zu lernen und auch dessen Bedeutung in für uns und die Umwelt. So werden auch oft Bienen, Hummeln, Schnecken und etliche andere Käfer draußen in der Becherlupe genauer untersucht und hinterfragt.

So können wir den Kindern den Respekt für die Natur und dessen Bewohner spielerisch näher bringen. Uns ist es wichtig dass die Kinder bewusst und gut mit der Umwelt umgehen.

ReFashion-Workshops

Wer kennt das nicht? Ein Kleidungsstück, das uns irgendwie nicht mehr gefällt oder ein kleines Loch hat? Mit diesen Workshops wollen wir die Teilnehmer*innen in die Lage versetzen, gemeinsam mit Gleichgesinnten aus alten Kleiderstücken etwas ganz Neues zu machen.

Auch mit diesem Angebot wollen wir für die Themen Konsum und Nachhaltigkeit sensibilisieren. Ganz nebenbei lernen die Teilnehmer*innen das Nähen mit der Hand und der Maschine kennen.

Altglas

Alte Gläser werden größten Teils gespült und zum Basteln oder für andere Speisen wiederverwertet (vor Allem auch für die Essensmitnahme).

MütZe

Upcycling-Treffs

Als offenen Treff veranstalten wir monatlich einen Upcycling-Workshop. Inhalte des Workshops sind Ideen und Umsetzungen zu nicht mehr gewollten, gebrauchten oder auch Gegenständen mit kleinen Defekten. Wir suchen gemeinsam mit den Teilnehmer*innen nach neuen Nutzungsideen. In der Gruppe entstehen oft viel mehr Ideen als man sie allein gehabt hätte.

Die Wertschätzung gegenüber den Ressourcen, die für das jeweilige Produkt aufgewendet wurden, soll hier gestärkt oder auch gefunden werden.

Achtsamkeit mit dem Material

„Der Strich gefällt mir nicht, ich hole mir ein neues Blatt!“, dieses Szenario hat man oft mit Kindern. In unserem Haus achten wir alle Hand in Hand darauf das wir Bewusst mit dem Material umgehen. Wir versuchen wenig Arbeitsmaterial weg zu werfen. Gemeinsam lernen wir einzuschätzen wie viel Material für ein Projekt benötigt wird oder auch bereits genutztes Material wieder zu verwerten.

Makulatur

In unserem Kopierraum sammeln wir Kopien, die wir nicht mehr benötigen, oder falsch gedruckt wurden, um sie nochmals für den internen Gebrauch auf der Rückseite zu nutzen

Siebdruck

Der Ursprungsgedanke der Siebdruckmaschine waren die Kosten. Hinzu kamen auch die Liefer- und das Verpackungsmaterialien, welche durch die eigene Maschine entfallen. So müssen wir uns nur um die Rohlinge, in diesem Fall Jutetaschen (Kein Kunststoff) kümmern. Diese haben wir direkt in einer größeren Menge bestellt. Somit wird die Umwelt deutlich geschont da es sich auf eine einmalige Lieferung beschränkt. Wir können unsere Motive beliebig oft verändern ohne jedes Mal die Umwelt mit einer Lieferung mehr zu belasten. Zudem können wir selbst darauf achten welches Material wir nutzen und unseren Fußabdruck in der Umwelt selbst und so gut wie möglich zu gestalten. Auch können wir diese Siebdruckmaschine für unsere Recyclingkurse und unser Ferienprogramm nutzen.

Der ganze Prozess benötigt natürlich eine gewisse Zeit und fachkundige Kollegen, welche in unserem Fall bereits Fachwissen in diesem Bereich mitbrachten.

Ferienprogramm

In unserem Ferienprogramm versuchen wir unsere Umgebung so gut wie möglich einzubringen. Wir arbeiten mit der Ingelheimer Mediathek zusammen, welche uns (für die Ferien) immer mit liebevoll gestalteten Medienkisten unterstützt. So müssen wir nicht unnötig neue Bücher besorgen, sondern können uns Bücher ausleihen, welche davor und danach weiter von anderen genutzt werden. Daher ist uns die Zusammenarbeit mit der Mediathek auch sehr wichtig. Der Kindergarten leiht sich z.B. regelmäßig Bücher, Kamishibai u.Ä. bei der Mediathek aus, holt und bringt diese zu Fuß zur Mediathek zurück. Desweiteren ist es uns möglich selbst Ton zu brennen. Die Kinder, Jugendliche und Erwachsene können sich selbst Ton und Keramikgeschirr gestalten. Mit diesem Angebot wollen wir ebenfalls für das Handwerk und das Material sensibilisieren.

MütZe

***Folgende Angebote werden noch im 2. Halbjahr
von uns umgesetzt werden:***

Familienkochkurs-Reihe

Repair-Café für Textilien

Wo sind wir in 2025? (Unsere Wünsche)

Fahrradleasing

Mit dem Fahrrad zur Arbeit und wieder zurück, ein Traum den einige Kollegen von uns hegen. Ein Parkplatz existiert bereits doch die Fahrräder fehlen.

E-Parkplätze

Nicht nur E-Bikes und E- Roller sieht man in letzter Zeit immer mehr auf den Wegen sondern auch E- Autos erobern so langsam die deutschen Straßen. Noch dazu laufen sie mit einem umwelt-schonenden Treibstoff. Eine Ladestation für diese Autos wäre perfekt für einen viel-besuchten Parkplatz wie den der MütZe. Da dieser allerdings wie auch unser Gebäude der Stadt Ingelheim gehört sind wir auf deren Zustimmung und Planung angewiesen.

Solaranlage

Weniger Stromkosten dank eigenem Strom, ein Traum der vielleicht irgendwann in Erfüllung geht. Doch bis dahin wird noch fleißig geplant. Denn günstig ist solch eine Anlage nicht und alleine können wir die Kosten leider nicht stemmen.

Bienen

Durch ein Mitglied unseres Vereins haben wir Zugang zu einer Imkerin und Honig. Langfristig möchte die KiTa eine Patenschaft oder Mitversorgung eines Bienenvolks übernehmen. Aufgrund von Platzmangel ist es uns nicht möglich, Bienen auf unserem Gelände zu haben. Ein gepachteter Garten könnte hier Abhilfe schaffen.

Gartengrundstück (Pacht) / Nachbarschaftsgarten

Ein gepachteter Garten würde uns ermöglichen das Thema Nachhaltigkeit noch mehr in den Vordergrund zu rücken. Wir hätten genug Platz für ausreichend Obst- und Gemüsepflanzen, eine Fläche auf dem die Kinder die Natur erleben können und vielleicht sogar kleine Nutztiere dort zu halten. Allerdings ist die Pacht von umliegenden Gärten und Flächen recht teuer und bisher hat sich noch nichts angeboten, was mit unserem Budget vereinbar wäre.

Kuscheltier- Reparaturwerkstatt

Gut bespielte Kuscheltiere neigen dazu kaputt zu gehen, mal verlieren sie Knöpfe, mal öffnen sich nähte. Damit die Kuscheltiere nicht weggeworfen werden müssen, wollen wir die Möglichkeit schaffen das Interessent*innen gemeinsam mit uns, ihre Kuscheltiere reparieren können und so es vermieten wird immer wieder Neues zu kaufen. Die Mitmacher*innen lernen das Nähen mit der Hand und können diese Fähigkeit auch für andere Reparaturen anwenden.

Begrünung vom Vorplatz

Wir wünschen uns einen grüneren Vorplatz. Ein „grüner Marktplatz“ soll einladend sein und vor allem die Natur etwas mehr in die Stadt holen. Durch Pflanzen würde die Luft frischer und angenehmer. Zudem würde dadurch die Umwelt geschont und weitere Möglichkeiten für das Thema Nachhaltigkeit und Umwelt zu sensibilisieren.

MütZe

Wassertonne

Wie bereits im Zusammenhang mit den Naschgärten und den Hochbeeten erwähnt, arbeiten wir daran Regenwassertonnen uns zu organisieren. Somit können wir das Grundwasser und Geld sparen und unsere Pflanzen mit Regenwasser versorgen.

Hausschwein

Eines der Tiere, welches auf der Ideenliste steht, ist ein Hausschwein. Das diese Idee nicht wirklich umsetzbar ist, dies liegt am Platz, den Kosten und der Frage: „Wer kümmert sich um die Tiere und trägt die Verantwortung?“. Aber vielleicht wird sich irgendwann jemand finden, der diese Tiere als Haustiere hält und gerne mit uns kooperieren will.

Hühner

Seit mehreren Jahren brüten wir mit den Kindern Küken aus. Diese werden einige Wochen vor und nach dem Schlupf bei uns untergebracht und versorgt. Die Tiere bekommen bei uns einen Namen und werden im Anschluss ein neues Zuhause vermittelt. Doch wäre es nicht schön, den Küken hier bei uns ein Zuhause zu geben? Im Grunde wäre das vor allem nach dem Prinzip der tiergestützten Pädagogik, sehr positiv. Da die Kinder lernen Verantwortung zu übernehmen. Doch fehlt auch hierfür der Platz.

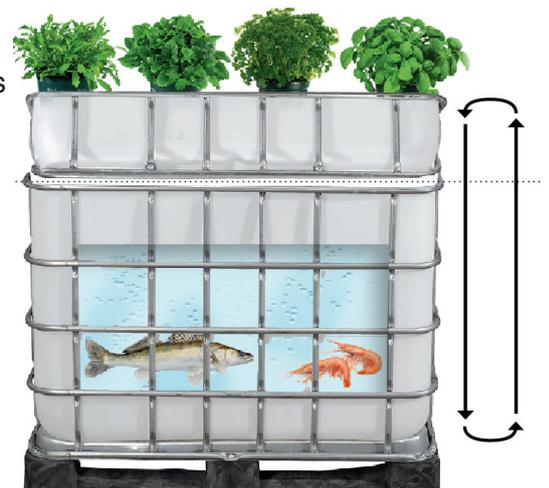
Allerdings haben wir einige Mitarbeiter*innen, die selbst Hühner halten und bei dem Punkt Resteverwertung bereits behilflich sind. Das Wissen zur Hühnerhaltung ist also bereits vorhanden.

Arbeit mit der Kinder- & Jugendfarm

Vor einiger Zeit haben wir mit unserer KiTa die Kinder- und Jugendfarm in Ingelheim des Öfteren besucht. Die Kinder haben dort die Möglichkeit mit Tieren wie Hühnern, Schafen und Ponys zu interagieren und diese mit zu versorgen. Zudem bietet die Farm eine große Möglichkeit die Natur in vielen Variationen zu erleben und für das Thema Natur zu sensibilisieren. Aufgrund des neuen KiTa-Gesetzes haben wir im Kindergarten U3 Kinder für welche auf der Farm aktuell ein sehr hohes Verletzungsrisiko besteht, da dort eine offene Werkstatt steht, es freilaufende Tiere auf der Farm gibt und der Platz sehr weitläufig ist. Des Weiteren müssen die Nutzungskosten geklärt werden und auf was alles geachtet werden muss.

Aquaponik

Ein Aquaponik wäre eine ökologische und schöne Lösung für einen Naschgarten auf unserem Vorplatz welche zudem sich größten Teils selbstversorgen würde. Hierbei steht uns allerdings aktuell die Finanzierung und das mangelnde Fachwissen über solch ein Konstrukt im Weg.



MütZe

Schlusswort

Nachhaltigkeit ist nicht leicht und auch wir stehen immer wieder vor Hindernissen, die uns daran hindern so nachhaltig zu sein wie wir uns das wünschen. Wir sprudeln nur so vor Ideen wie wir die Umwelt ein bisschen nachhaltiger gestalten können. Oft ist es auch frustrierend wenn wir lange an einem Projekt für unsere Nachhaltigkeit arbeiten und es einfach nicht vorwärts geht.

Viele, vor allem größere Projekte, kosten viel Zeit. Häufig scheitert es an den Kapazitäten. Jeder Tag bringt etwas Neues mit sich und die Zeit rennt.

Es gibt so viele äußere Einflüsse, die sowohl uns, das MütZe wie auch allen anderen immer wieder einen „Strich durch die Rechnung machen“, uns in unserer Entwicklung hindern oder gar zurücksetzen. Oft ist die Umgebung, die Räumlichkeiten, der Personalstand oder schlicht weg die Zeit und das Geld, die uns an der Umsetzung hindern.

Doch wir lassen uns nicht unterkriegen! Denn wir haben schon so viel erreicht und darauf sind wir stolz! Wir hoffen, dass alle anderen Mütterzentren auch stolz auf sich sind.

Eure MütZe Ingelheim

Bei weiteren Fragen zu den einzelnen Projekten, könnt ihr uns gerne kontaktieren. Wir erläutern sehr gerne ausführlich, wie wir diese einzelnen Projekte umgesetzt.