



**Mehr
Generationen
Haus**
Wir leben Zukunft vor

Mütterzentrum Langen e. V. Zimmerstr. 3 63225 Langen



Zentrum für Jung & Alt
Mütterzentrum Elternservice Seniorenhilfe

Mütterzentrum Langen e. V.

Bundesverband der Mütterzentren e. V.
Hospitalstraße 10
65549 Limburg

Name: Sarah Schöche
Telefon: 06103 53344
E-Mail: s.schoeche@zenja-langen.de
Internet: www.zenja-langen.de

Datum: 26. Juni 2024

BEWERBUNG

PRAKTISSIMA 2024 „MACHEN IST WIE WOLLEN – NUR KRASSER“ NACHHALTIGKEIT IN MÜTTERZENTREN

Wir, vom Mütterzentrum Langen e.V., haben bereits seit vielen Jahren ein großes Interesse am Thema Nachhaltigkeit in unserem Verein und setzen dieses Thema seit 2019 engagiert um. Wir versuchen, das Thema in jedem Bereich zu bedenken und umzusetzen, um unseren Beitrag zum Erhalt einer lebenswerten Welt zu leisten und mit Riesenspaß dabei zu sein.

Warum und wie wir das Ganze angehen, könnt ihr nun in unserer neuen Broschüre nachlesen.

In unserem Nachhaltigkeitspäckchen findet ihr außerdem ein paar Werke unserer WirFAIRändern-Gruppe und Kreationen aus unserer neuesten Projekt, der offenen Upcycling-Werkstatt für Kids. Lasst eure Hände von unserer handgesiedeten Naturseife verwöhnen, wickelt das Frühstücksbrot in ein selbstgemachtes Wachstuch, feiert euer nächstes Fest mit Naturkonfetti und verschenkt tolle Schlüsselanhänger aus alten T-Shirts.

Die Kids haben in der Upcycling-Werkstatt aus alten Büchern süße Tiere (hier ein Igel) und aus ausrangierten Schallplatten tolle Schälchen gewerkelt. Dieses Anschreiben klemmt übrigens auf einem selbstgemachten Klemmbrett aus einem kaputten Leitz-Ordner.

Viel Spaß beim Stöbern und ausprobieren.

Sarah Schöche und das Team von wirFAIRändern.



Träger: Mütterzentrum Langen e. V.
Zimmerstr. 3 D-63225 Langen

Bankverbindung
IBAN DE70 5065 2124 0026 0065 02

VR AG Offenbach 3486
StNr: 28 250 514 80





MACHEN IST WIE WOLLEN – NUR KRASSER

Nachhaltigkeit in Mütterzentren

Praktissima Einreichung vom Mütterzentrum Langen e.V.



INHALT

UNSERE ZIELE FÜR EIN BESSERES LEBEN DURCH KLIMASCHUTZ

WIE WIR NACHHALTIGKEIT VERMITTELN

NACHHALTIGE PROJEKTE FÜR KINDER

- Upcycling-Werkstatt für Kids
- Die Umweltheld:innen – Ferienspiele

NACHHALTIGE PROJEKTE FÜR ELTERN UND FAMILIEN

- WirFAIRändern-Gruppe
- Kinderkram-Bauwagen

NACHHALTIGKEIT IM HAUS

- Unser Generationengarten
- Mitnahmeregal
- Lebensmittelrettung
- Vegane Kochworkshops
- Decken statt Heizung
- Lass dich überraschen Freitag
- ZenJA-Marktplatz

ZUKÜNFTIGE NACHHALTIGE PROJEKTE IN PLANUNG

- Naturnaher Außenspielbereich
- Fassadenbegrünung

UNSERE ZIELE FÜR EIN BESSERES LEBEN DURCH KLIMASCHUTZ

Erhaltung einer lebenswerten Welt für uns und die vielen nachkommenden Generationen.

Gutes Vorbild für Gäste und andere Vereine sein.



WIE WIR NACHHALTIGKEIT VERMITTELN

Niederschwellige Angebote und Workshops für Jung und Alt.

Ferienspiele: Spielerisch und mit viel Spaß lernen und aktiv werden und bleiben.

Gäste und Kinder in die Ideensammlung für den zukünftigen naturnahen Außenspielbereich miteinbeziehen.

Umsetzung im Haus, als Vorbild für andere.



NACHHALTIGE PROJEKTE FÜR KINDER

Upcycling-Werkstatt für Kids



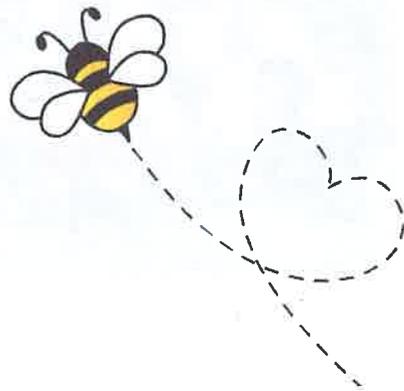
Ohne Anmeldung können immer Montag Nachmittags Kinder jedes Alters in unserem Familiencafé an der Upcycling-Werkstatt teilnehmen. Gemeinsam lernen sie, wie sie aus scheinbar nutzlosen Materialien wunderbare neue Dinge erschaffen können. Aus „Müll“ werden so tolle Schätze kreiert. Mit diesem

Angebot möchten wir Kindern die Möglichkeit geben, ihrer Kreativität freien Lauf zu lassen und gleichzeitig etwas für unseren Planeten zu tun!

Die Umweltheld:innen – Ferienspiele

Ferienspiele werden von uns schon lange angeboten und seit einigen Jahren stehen diese immer unter dem Motto: „Wir werden Umweltheld:innen“.

Immer mit verschiedenen Schwerpunkten, doch immer gut für die Umwelt. Es wird zum Beispiel gemeinsam Müll gesammelt und entsorgt, Lebensmittel verwertet, oder zusammen mit dem NABU Insektenhotels gebastelt. Dabei haben unsere Kids immer so viel Spaß, dass die Eltern oft kurz danach wieder fragen, wann die nächsten Ferienspiele stattfinden.



NACHHALTIGE PROJEKTE FÜR ELTERN UND FAMILIEN

wirFAIRändern

Aktionsgruppe für mehr Nachhaltigkeit im Alltag, Verein & Nachbarschaft

Wir, die Aktionsgruppe „wirFAIRändern“, setzen uns im Mütterzentrum ZenJA für mehr Nachhaltigkeit ein. Immer mehr Menschen fragen sich, wie wir nachhaltiger leben können. Wir alle tragen Verantwortung für unsere Kinder, Gemeinschaften und die Umwelt. Wir hinterfragen unsere Gewohnheiten und suchen praktische Alternativen, ohne erhobenen Zeigefinger. Gemeinsam entwickeln wir Ideen, um Plastik zu vermeiden, Ressourcen zu schonen und nachhaltiges Denken zu fördern. Junge und Ältere, Frauen, Männer und Kinder sind willkommen, sich zu engagieren.



Kinderkram-Bauwagen

Bei uns steht Langens kleinster Second-Hand-Laden.



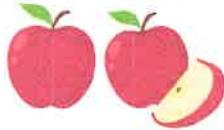
Unsere Gäste bringen ausrangierte Baby- und Kleinkindkleidung zu uns, wir sortieren diese in unseren Bauwagen ein. Andere Gäste können sich gegen eine kleine Spende an diesen bedienen. So können gute Babyklamotten, effizient weitergegeben und genutzt werden. Neukaufen war gestern!

NACHHALTIGKEIT IM HAUS

Der Generationengarten



Täglich werden wir von unserem Generationengarten mit Kräutern, Gemüse und Obst versorgt. Diese werden direkt in unserem frisch gekochten Mittagessen verarbeitet. Wir sind unseren fleißigen Helfer:innen, die sich liebevoll um den Garten kümmern und ihn Jahr für Jahr neu bepflanzen, sehr dankbar.



Mitnahmeregal

Um Ressourcenverschwendung und der Wegwerfgesellschaft entgegenzuwirken, haben wir in unserem Hausflur ein Mitnahmeregal installiert. Hier darf jeder aussortierte Gegenstände aus dem Haushalt vorbeibringen und sich an den gebrachten Dingen bedienen. Es herrscht ein reger Austausch und dem Regal werden sogar magische Fähigkeiten nachgesagt.



NACHHALTIGKEIT IM HAUS

Lebensmittelrettung



Fleißige Kolleg:innen holen regelmäßig ausrangierte Lebensmittel von kooperierenden Lebensmittelketten ab und stellen diese unseren Gästen auf unserer Terasse zur Verfügung. So leisten sie ihren Teil gegen Lebensmittelverschwendung und Gäste in schwierigen finanziellen Situationen können sich kostenfrei an den geretteten Lebensmitteln bedienen.

Nachhaltige Kochworkshops

In unseren Workshops zum Thema nachhaltige Ernährung entdecken die Teilnehmer:innen u.a. Vielfältige Möglichkeiten, wie durch Einkochen, Einmachen und Einlegen Lebensmittel haltbar gemacht werden, wie köstliche Gerichte mit Fleischalternativen zubereitet werden können und viel unglaublich Vielseitig Hülsenfrüchte sind. Auch vegane Kochworkshops sind sehr beliebt! Hier wird gezeigt, wie genussvoll und umweltbewusst gekocht werden kann. Unsere Workshops bieten sehr praktische Tipps und kreative Ideen für eine nachhaltige Ernährung im Alltag.



NACHHALTIGKEIT IM HAUS

Decken statt Heizung

Um im letzten Winter sowohl Kosten als auch Ressourcen zu sparen, haben wir uns viele rote Decken angeschafft und im Café verteilt. So haben die Gäste die Möglichkeit sich kuschelig einzupacken, wenn die Heizung nur reduziert in Betrieb ist.

Lass dich überraschen Freitag

Um Lebensmittelverschwendung vorzubeugen, haben wir eingeführt, dass es freitags beim Mittagstisch kein vorher geplantes Gericht gibt, sondern eine Resteküche. Alles, was vor dem Wochenende verarbeitet werden muss, wird genutzt, um ein leckeres und überraschendes vegetarisches oder veganes Gericht zu kreieren.

ZenJA-Marktplatz

Hier können digital Gegenstände und Dienstleistungen auf unserer App eingestellt und erfragt werden. Eine Möglichkeit der Nachbarschaftshilfe und gegen Ressourcenverschwendung.

ZUKÜNFTIGE NACHHALTIGE PROJEKTE IN PLANUNG

Naturnaher Außenspielbereich

Unser Außenspielbereich soll neu gestaltet werden und zwar so nah an der Natur, wie nur möglich. Spielgeräte werden ausschließlich aus Holz und Naturmaterialien sein.

Wir haben bereits unsere Gäste und Schulkinder animiert, Ideen und Wünsche einzureichen, um für sie ein ideales Spielerlebnis erschaffen zu können.

Zahlreiche Einreichungen haben uns erreicht, so dass die Planung in die nächsten Schritte übergehen kann.

Fassadenbegrünung

Sowohl zur Temperaturregulierung, als auch für die Umwelt, überlegen wir unsere Fassade (teilweise) zu begrünen.

WEITERE NACHHALTIGE AKTIONEN

- Teilnahme an Shuuz – Gutes tun mit gebrauchten Schuhen
- Nachbarschaftshilfe
- Politisches Engagement (Erhalt des Stadtgartens)
- Ausrichtung mehrerer Flohmärkte im Jahr
- Teilnahme am Umweltfest der Stadt Langen
- Möglichkeit für Workshops, wie:
Mit Stoff fairwickelt - Nachhaltig ins Elternsein
- Ausrichtung des Repair-Cafés
- Schulkindbetreuung: Kinder bestimmen die Portionsgröße selbst, um Lebensmittelverschwendung zu vermeiden.
- Kleidertauschpartys



ZenJA

Mütterzentrum Langen e.V.

KONTAKT

Sarah Schöche

Mütterzentrum Langen e. V.

06103 53344

wirfairaendern@zenja-langen.de

Anschrift

Zimmerstr. 3, 63225 Langen

Öffnungszeiten

Montag - Freitag 10 - 17 Uhr

www.zenja-langen.de

