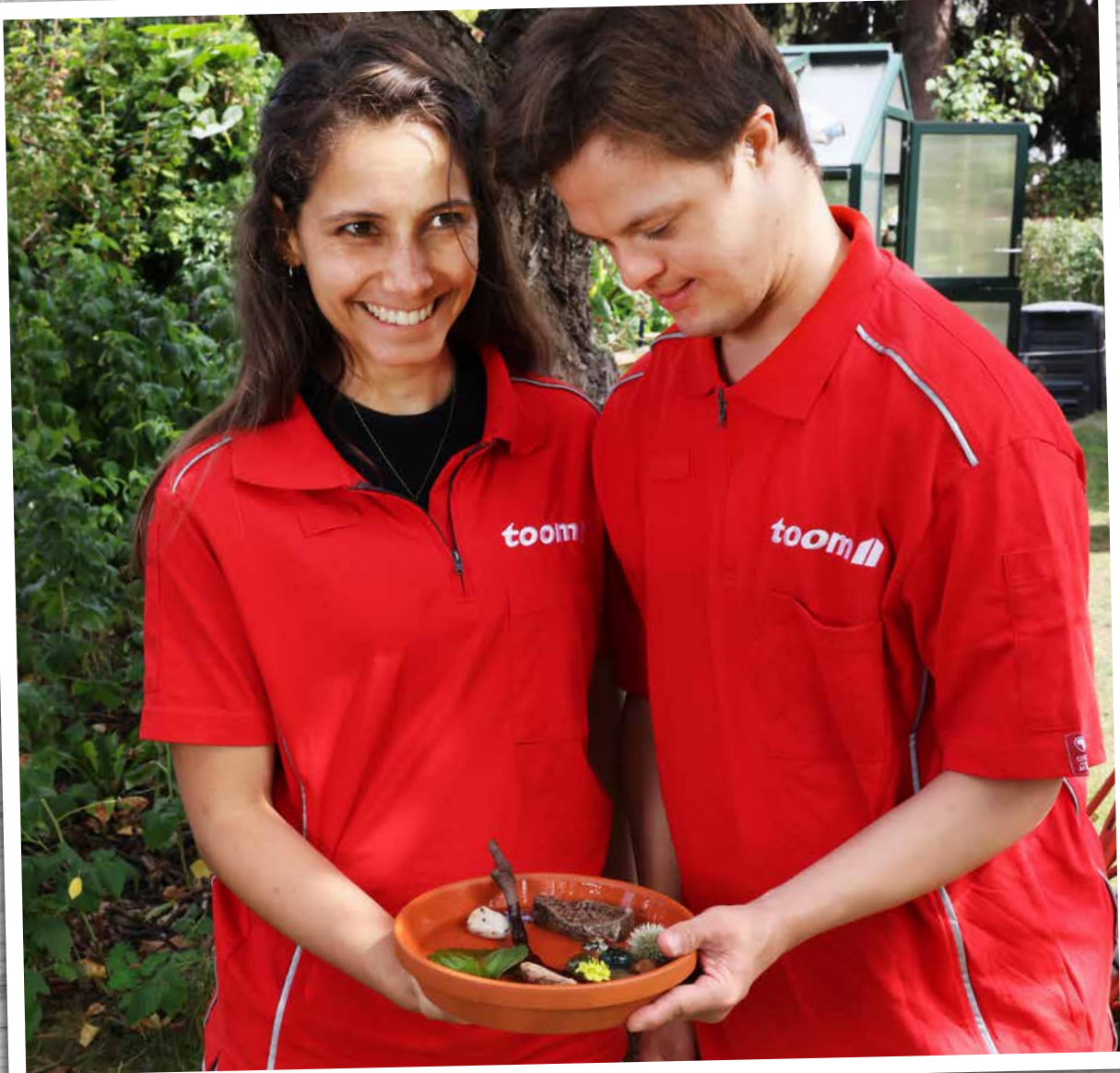


Selbermachen leicht gemacht 3.

Klima-Schutz und Natur-Schutz im Garten
und im Haushalt – in Leichter Sprache.



Nationale
Naturlandschaften



toom 
Respekt, wer's selber macht.

Liebe Leserin, lieber Leser!

Der **toom Baumarkt** und die **Lebenshilfe** haben in den letzten Jahren zusammen-gearbeitet. Sie haben bereits 2 Hefte in Leichter Sprache herausgebracht. Die Reihe heißt: **Selbermachen leicht gemacht.**

Jetzt gibt es das 3. Heft in dieser Reihe. Wir haben ein ganz wichtiges Thema: Wir wollen die Natur und das Klima schützen! Der Klima-Wandel schadet uns allen: den Pflanzen, den Tieren und uns Menschen. Aber wir alle können helfen, die Natur zu schützen. In diesem Heft geht es darum, was wir tun können: im Garten und im Haushalt. Damit alle mitmachen können, ist das Heft in Leichter Sprache.

Der Verein **Nationale Naturlandschaften** hilft uns. Denn er weiß viel über den Natur-Schutz und Klima-Schutz. Er stellt sich auf Seite 12 vor.

Wir wünschen euch wieder viel Freude und Erfolg!

Eure Teams von toom und der Lebenshilfe



Übrigens: Unter Handwerkerinnen und Handwerkern sagt man meistens **du**. Auch unter Garten-Freundinnen und Garten-Freunden ist das so. Wir sprechen euch in diesem Heft auch so an. Dann lässt es sich besser gemeinsam arbeiten.

Auf **www.lebenshilfe.de/toom** und **www.toom.de** kannst du alle Hefte herunterladen.

Außerdem gibt es dort einen Film und viele weitere Infos: Über die Zusammen-Arbeit von toom Baumarkt und der Lebenshilfe.

toom hat über 300 Baumärkte in Deutschland: in fast jeder Stadt.
Hier findet man alle wichtigen Dinge für Haushalt, Balkon und Garten.
Bei **toom** arbeiten 18.000 Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen.
Natur-Schutz und Klima-Schutz sind **toom** sehr wichtig.
Deshalb benutzt **toom** nachhaltigere Verpackungen.
Außerdem ist **toom** bei seinen Pflanzen wichtig:
Sie wurden angebaut, ohne Bienen zu schädigen.
www.toom.de

toom 
Respekt, wer's selber macht.

Die **Lebenshilfe** setzt sich für
Menschen mit geistiger Beeinträchtigung ein.
Sie wurde 1958 gegründet: als Selbsthilfe-Verband.
In Deutschland gibt es fast 500 **Lebenshilfen** vor Ort.
Zusammen mit der Bundesvereinigung unterstützen und begleiten sie
rund 170.000 Menschen mit Behinderung und ihre Angehörigen.

Denn alle Menschen sollen gleichberechtigt am Leben teilhaben können.
Die **Lebenshilfe** kämpft für Respekt.
Sie tritt gegen Ausgrenzung ein.
Sie setzt sich für Inklusion ein:
für ein gutes Miteinander von Menschen mit und ohne Behinderung.
www.lebenshilfe.de

 **Lebenshilfe**

Das ist in diesem Heft:

Info-Box: Klima-Wandel

4

Klima-Schutz und Natur-Schutz im Garten und auf dem Balkon

5



Pflanzen bewusst auswählen

5

1. Bio-Pflanzen 5
2. Heimische Pflanzen 6
3. Standorte im Garten 7
4. Blüten-Vielfalt 8

Info-Box: Insekten bestäuben die Pflanzen

10



Tränke für Insekten bauen

13

1. Dinge aus der Natur 13
2. Der richtige Standort 14
3. Insekten zur Tränke locken 15
4. Insekten-Tränke säubern 15

Info-Box: So hängen die Moore und das Klima zusammen

17



Torf-freie Erde und organischen Dünger nehmen

18

1. Torf-freie Erde 18
2. Organischer Dünger 19



Schädlinge ohne Chemie bekämpfen 20

1. Einige schädliche Insekten 20
2. Schädlinge bekämpfen: So geht es! 21

Noch ein Tipp:
Regen-Wasser zum Gießen nutzen 23

Klima-Schutz im Haushalt 25



Gute Leuchtmittel nehmen 25

1. Was bedeutet Energie-Effizienz-Klasse? 25
2. Die verschiedenen Leuchtmittel 26



Energie-sparend heizen 27

1. Die Raum-Temperatur 27
2. Heizkörper und Thermostate 28

Noch ein Tipp: Heizen und lüften 28



Wasser sparen 29

1. Im Bad 29
2. In der Küche 30

Info-Box: So hängen Klima-Schutz und Energie sparen zusammen 31

Info-Box: Klima-Wandel

Klima ist das Wetter in unserer gesamten Welt.
Und über einen längeren Zeitraum hinweg.
Aber die Welt wird immer wärmer.
Man sagt dazu:
Das ist der Klima-Wandel.



Auch bei uns in Deutschland ist das so.
Im Sommer haben wir immer häufiger große Hitze.
Und es gibt viel zu wenig Regen.
Manchmal gibt es Gewitter mit viel Regen.
Doch dieser Regen fließt schnell weg.
Er verschwindet in die Flüsse und ins Meer.



Die Pflanzen leiden unter der Hitze.
Und unter der Trockenheit.
Genauso wie wir Menschen.
Auch die Tiere leiden.

Doch wie kommt es zum Klima-Wandel?

Das Klima verändert sich,
weil es zu viele Gase in der Luft gibt.
Zum Beispiel die Abgase von den Autos.
Oder die Rauch-Gase
aus den vielen Schornsteinen.



Ein wichtiges Gas in der Luft
ist das **Kohlen-di-oxid**.
Es wird auch **CO₂** genannt.
Das ist eine chemische Formel.
Das Gas CO₂ macht die Welt
immer wärmer.
Denn es gibt zu viel von diesem Gas
in der Luft.



Klima-Schutz und Natur-Schutz im Garten und auf dem Balkon



Pflanzen bewusst auswählen



1. Bio-Pflanzen

Am besten nimmst du Pflanzen aus dem biologischen Landbau. Die heißen Bio-Pflanzen. Sie haben weniger Schadstoffe. Sie schonen die Natur und das Klima.

Bei Bio-Pflanzen werden keine künstlichen Pflanzenschutz-Mittel eingesetzt. Auch auf Kunst-Dünger wird verzichtet. Beides schadet die Umwelt. Außerdem wird für die Herstellung viel Energie verbraucht. Und das belastet das Klima.

Du erkennst Bio-Pflanzen am Siegel. Das Siegel gibt dir Sicherheit, dass feste Regeln eingehalten wurden.

Zum Beispiel gibt es das EU-Bio-Logo. Es sieht so aus: Ein Blatt, das sich aus Sternchen bildet.

EU steht für die Europäische Union. Die EU hat beschlossen: Diese strengen Regeln gelten für das EU-Bio-Logo. Alle Waren, die dieses Logo tragen, müssen diese Regeln einhalten.





2. Heimische Pflanzen

Es gibt heimische Pflanzen-Arten.
Und Pflanzen-Arten
aus anderen Ländern.
Die nennt man exotische Pflanzen.
Die heimischen Pflanzen kommen in
unserem Land ganz natürlich vor.
Sie wachsen und vermehren sich.
Aber es können auch exotische
Pflanzen bei uns wachsen.
Doch eigentlich haben sie ihre Heimat
in anderen Gegenden.



Heimische Pflanzen sind viel besser
an unser Klima angepasst.
Auch an unsere Böden.
Deshalb sind sie unempfindlicher
und robuster.
Sie sind besser geschützt gegen
Schädlinge und Krankheiten.



Ein weiterer großer Vorteil:
Die Samen mussten nicht
aufwändig gezüchtet werden.
Und die Pflanzen hatten
keine weiten Transport-Wege.
Denn ob mit Flugzeug oder LKW,
jeder Transport bedeutet:
Es gehen viele Abgase in die Luft.
Das sind Schadstoffe.
Die schaden der Gesundheit.
Luft-Verschmutzung ist auch
Umwelt-Verschmutzung.



Also entscheide dich lieber für
heimische Pflanzen-Arten.



3. Standorte im Garten

Der Standort im Garten ist ganz wichtig. Er muss zur Pflanze passen. Bevor du Pflanzen auswählst, musst du dir überlegen: Welche Standorte sind in meinem Garten? Wo möchtest ich etwas pflanzen?



Standort: sonnig und trocken

Pflanzen für diesen Standort sind zum Beispiel:

- Schafgarbe
- Rote Lichtnelke
- Storchschnabel
- Echtes Johanniskraut



Standort: Halb-Schatten und leicht feuchter Boden

Unter Bäumen sind Licht und Schatten im Wechsel. Auch hier kannst du Wild-Stauden pflanzen.

Viele Stauden sind mehr-jährige Pflanzen. Sie sterben im Herbst ab. Und treiben im Frühjahr wieder aus.



Pflanzen für diesen Standort sind zum Beispiel:

- Blauer Eisenhut
- Gewöhnliche Akelei
- Große Sterndolde



Standort: Schatten und leicht feuchter Boden

In deinem Garten gibt es Stellen, wo die Sonne kaum hinkommt? Auch im Schatten wachsen einige Wild-Stauden.



Pflanzen für diesen Standort sind zum Beispiel:

- Ausdauerndes Silberblatt
- Kriechender Günsel
- Blut-Storchschnabel



4. Blüten-Vielfalt

Mit deiner Wahl der Pflanzen gestaltest du deinen Garten. Er wird bunt und lebendig.



Am besten wählst du Pflanzen, die zu unterschiedlichen Zeiten blühen: Manche blühen im Frühling. Andere im Sommer. Wieder andere im Herbst. Auf diese Weise haben kleine Insekten die ganze Zeit Nahrung. Zum Beispiel die Wild-Bienen. Von Frühling bis Herbst finden sie Blüten.



Mittlerweile gibt es auch fertige Saat-Mischungen. Die kann man in vielen Geschäften kaufen.



Sie sind extra nützlings-freundlich zusammengestellt. Nützlinge nennen wir Tiere, die uns Menschen nützen. Zum Beispiel einige Insekten. Weil sie Schädlinge fressen. Und weil sie Blüten bestäuben.

Die Saat-Mischungen sind für verschiedene Insekten geeignet. Sie bieten ihnen Nahrung.

Mit den Saat-Mischungen kannst du kleine gemischte Blumen-Beete anlegen. Oder auch Blüten-Streifen. Dort wachsen dann Pflanzen mit einer besonders großen Blüten-Vielfalt.



Info-Box: Insekten bestäuben die Pflanzen

Viele mögen und lieben Honig.
Für den Honig sorgen die Honig-Bienen.
Und natürlich die Imker.
Sie sorgen dafür,
dass es den Honig-Bienen
in ihrem Bienen-Stock gut geht.



Aber es gibt auch Wild-Bienen.
Wild-Bienen bauen ihre Nester in der Natur.
Die Nester sind zum Beispiel
in alten Baum-Stämmen oder in der Erde.
Wild-Bienen leben meistens allein.
Sie bilden kein Volk wie die Honig-Biene.



Bienen und viele andere Insekten fliegen
im Frühjahr und Sommer fleißig
von Blüte zu Blüte.
Dabei verteilen sie Blüten-Staub.
Das nennt man: Bestäuben.



Den Blüten-Staub nennt man auch: Pollen.
Wenn alle Blüten mit Pollen bestäubt sind,
wachsen daraus viele Früchte.
In den Früchten sind die Samen.
Aus den Samen können wieder
neue Pflanzen wachsen.
Und von den Blüten ernähren sich
wieder Bienen und Insekten.
Das ist der Kreislauf.



Die Insekten sind also sehr wichtig für die Natur.
Aber auch für uns Menschen:
Wir brauchen Früchte zum Essen.
Das sind zum Beispiel Obst und Gemüse.
Das bedeutet:
Wir brauchen die Insekten, damit wir
genügend Obst und Gemüse haben.



Doch leider ist es nicht mehr wie früher.
Heute gibt es viel weniger
Wild-Bienen und Insekten.
Es geht ihnen nicht gut.
Gründe dafür gibt es viele:

- Viele Dünge-Mittel und Pflanzenschutz-Mittel sind für Insekten giftig.
- Wild-Bienen und Insekten finden nicht mehr genug Nist-Plätze in der Natur.
- Sie finden nicht mehr genügend von ihren Lieblings-Pflanzen.



In unserem Garten können wir viel tun.
Wir können den Insekten helfen.
Das nennt man: Insekten-Schutz.



Die Nationalen Naturlandschaften

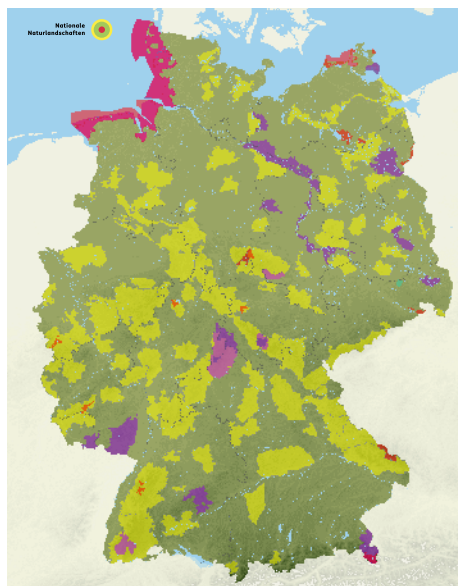
Nationale Naturlandschaften



Die Nationalen Naturlandschaften sind große Naturschutz-Gebiete in Deutschland. Diese Gebiete heißen National-Park. Sie können auch Naturpark oder Biosphären-Reservat heißen.

Fast alle Menschen in Deutschland haben eine Nationale Naturlandschaft in der Nähe. Es gibt in Deutschland 140 solcher Gebiete. In diesen Landschaften kann man wandern und sich erholen.

In den Nationalen Naturlandschaften ist der Naturschutz ein wichtiges Thema. Dort arbeiten viele Menschen. Sie tun viel dafür, um die Natur zu schützen. Deshalb können dort auch Wild-Tiere und Pflanzen besonders gut leben. Diese Menschen machen auch Führungen und Ausstellungen für uns. Auf diese Weise können wir manchmal seltene Tiere und Pflanzen entdecken. Und wir können dort gut erkennen, wie wichtig der Naturschutz ist.



Alle können beim Natur-Schutz sogar aktiv mithelfen.

In den Nationalen Naturlandschaften gibt es das Freiwilligen-Programm Ehrensache Natur.

Die Internet-Seite heißt: www.ehrensache-natur.de

Möchtest du noch mehr wissen über die Natur?

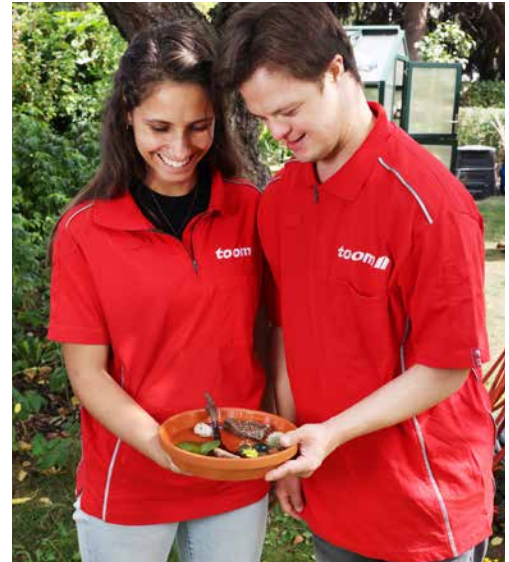
Der Verein Nationale Naturlandschaften hat viele Natur-Infos in Leichter Sprache gemacht.

Die Internetseite heißt: www.ungehindert-engagiert.de

Tränke für Insekten bauen

Insekten brauchen Wasser zum Trinken.
Wie alle Lebewesen.
Doch unsere Sommer werden immer heißer.
Es gibt immer weniger Wasser-Stellen.
Dort setzen sich die Insekten auf Pflanzen,
um ans Wasser zu kommen.
Finden sie keinen passenden Sitzplatz,
können sie im tiefen Wasser ertrinken.

Wir können die Insekten unterstützen:
mit einer selbstgebauten Tränke.



1. Dinge aus der Natur

Schale

Zuerst brauchst du eine Schale.
Sie kann aus unterschiedlichem
Material sein.

Zum Beispiel aus:

- glasiertem Ton
- Glas

Steine

In die Schale werden Steine gelegt.
Sie können verschieden groß sein.
Sie können nebeneinander
gelegt werden.

Oder auch aufeinander.

Andere Natur-Materialien

Schau dich in deinem Garten um.
Was bietet die Natur?

Du kannst einige Dinge zusätzlich
in die Tränke legen.

Zum Beispiel:

- kleine Holz-Stückchen
- Moos
- kleine Pflanzen



Wasser

Zum Schluss kommt Wasser in die Schale.
Ganz wichtig ist:
Die meisten Steine und Natur-Materialien sollen noch aus dem Wasser herauschauen.
Nur dann können die Insekten landen und trinken.



2. Der richtige Standort

Die Insekten sollen sich an der Tränke wohlfühlen.
Und sie sollen die Wasser-Stelle für sich annehmen.
Dabei spielt der Standort eine wichtige Rolle.

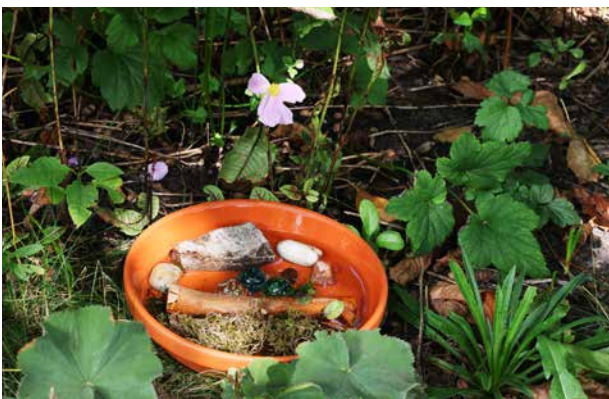


Schatten

Die Insekten-Tränke muss an einen schattigen Platz.
In der prallen Sonne verdunstet das Wasser viel zu schnell.

Sträucher

Am besten stellst du die Insekten-Tränke in die Nähe von Sträuchern.
In den Sträuchern finden die Insekten Schutz.



Wind

Auch Wind-Schutz ist für die Insekten wichtig.
Am besten suchst du für die Tränke einen windstillen Ort.



3. Insekten zur Tränke locken

Haben Insekten eine Wasser-Stelle gefunden,
kehren sie immer wieder zu ihr zurück.

Frühjahr

Im Frühjahr erwachen die ersten Insekten aus ihrer Winter-Ruhe. Stelle die Insekten-Tränke deshalb bereits im Frühjahr auf. So lernen die Insekten die Wasser-Stelle früh kennen. Dann haben Bienen, Ameisen und Käfer das ganze Jahr etwas davon.



Sommer

Oder ist es bereits Sommer? Du kannst erst jetzt die Insekten-Tränke aufstellen: Dann kannst du Bienen anlocken. Dafür musst du Blüten ins Wasser legen.

Du kannst auch die Tränke in der Nähe von blühenden Blumen aufstellen. Oder in der Nähe von Sträuchern.



4. Insekten-Tränke säubern

Eine Insekten-Tränke muss man regelmäßig säubern. Denn mit der Zeit sammelt sich darin Schmutz an. Auch Bakterien bilden sich darin. Und Mücken können darin ihre Eier ablegen.



Reinigung

Nimm alle Teile aus der Tränke heraus.
Das Wasser gießt du ins Beet.
Oder du kannst es auf den
Komposter schütten.



Alle waschbaren Dinge können
unter klarem Wasser gereinigt werden.
Das sind zum Beispiel Steine
und Glas-Murmeln.



Die Schale säubern.
Du brauchst dafür nur klares Wasser
und ein weiches Tuch.
Besonders schwierige Flecken
gehen mit einem Neutral-Reiniger weg.



Danach kommen alle Teile wieder
zurück in die Schale.
Nur die Hölzer und Pflanzen
sollen ausgetauscht werden.
Zum Schluss gibst du wieder
Wasser in die Schale.
Am besten nimmst du dafür
Regen-Wasser.
Im Regen-Wasser ist nämlich kein Kalk.

Info-Box: So hängen die Moore und das Klima zusammen

Schon in der Info-Box Klima-Wandel haben wir das Gas Kohlen-di-oxid genannt.

Kurz: CO₂

Dieses Gas ist ein Grund, warum es überall immer wärmer wird.



Moore haben eine besondere Bedeutung. Sie holen das Gas Kohlen-di-oxid aus der Luft. Sie speichern sehr viel Kohlen-Stoff im Torf.

Was genau ist Torf?

Torf ist die nasse Erde im Moor.

Sie besteht aus Pflanzen-Resten vom Moor.

Sie sind im Moor-Wasser zusammengepresst.

Zusammen bilden sie eine nasse Schicht.

Diese Schicht heißt Torf.

Sie ist in vielen tausend Jahren entstanden.



Aber leider nehmen viele Menschen den Torf als Erde für ihre Blumen und Pflanzen.

Dafür werden Moore trocken gemacht.

Und der Torf wird aus dem Moor geholt.

Diese Arbeit machen große Bagger.

Die Bagger zerstören viele Moor-Flächen.

Nur, um den Torf zu gewinnen.

Danach können die Tiere und Pflanzen nicht mehr im Moor leben.

Außerdem können die zerstörten Moore den Kohlen-Stoff nicht mehr festhalten.

So kommt immer mehr Kohlen-di-oxid in die Luft.

Deshalb ist es wichtig, die Moore zu schützen.

Moor-Schutz ist auch Klima-Schutz.



Torf-freie Erde und organischen Dünger nehmen

Es gibt viele Möglichkeiten, das Klima zu schonen.
Es fängt schon bei der Garten-Erde an.
Darauf kannst du achten:



1. Torf-freie Erde

In der bisher verwendeten Blumen-Erde ist mehr als die Hälfte Torf. Torf ist ein wertvoller Rohstoff. Beim Abbau von Torf werden die Moore zerstört. Darum achte darauf, torf-freie Erde zu kaufen.

Es gibt viele Ersatz-Stoffe für Torf. Deshalb ist Torf gar nicht notwendig. Torf-freie Erde ist anders. Aber sie ist genauso gut.



Tipp:

Bei torf-freier Erde kann die Oberfläche leichter austrocknen. Darum prüfe vor dem Gießen mit deinem Finger: Wie feucht ist die Erde in einigen Zentimetern Tiefe? Für die Pflanzen ist es besser, häufiger wenig Wasser zu bekommen. Nicht so gut sind Gieß-Pausen über mehrere Tage. Und dann wieder viel Wasser auf einmal. Wenn du Erde kaufst, kannst du etwas für das Klima tun. Aber auch, wenn du Pflanzen kaufst.





Nimm Pflanzen, die in torf-freier oder torf-reduzierter Erde gezüchtet wurden. Solche Pflanzen gibt es auch bei toom. Dort haben sie das Zeichen PRO PLANET: Für mehr Klima-Schutz. Dann ist sicher: Es wurde weniger als die Hälfte Torf verwendet.



2. Organischer Dünger

Pflanzen brauchen Wasser und Licht. Damit sie wachsen und gedeihen. Doch außerdem brauchen sie Nährstoffe.

Oft reichen die Nährstoffe in der Erde nicht.

Egal, ob es Topf-Pflanzen sind oder Blumen-Beete in deinem Garten. Darum kannst du Dünger in den Boden geben.



Achte darauf, dass du organischen Dünger kaufst. Das ist natürlicher Dünger. Er besteht zum Beispiel aus:

- Kompost,
- kleinen Horn-Spänen
- oder Horn-Mehl.



So kannst du deine Pflanzen düngen. Und die Umwelt schonen.

Organischer Dünger füllt den Boden mit Humus auf.

Humus ist ein besonders wichtiger Teil vom Mutter-Boden.

Es sind fein zersetzte organische Stoffe von abgestorbenen Tieren und Pflanzen. Auch das ist ein biologischer Kreislauf.

Schädlinge ohne Chemie bekämpfen

Insekten gehören in unseren Garten.

Die meisten von ihnen sind genauso wichtig wie Sonne und Regen.

Wir nennen die Insekten auch Nützlinge.

Denn sie werden gebraucht: Sie bestäuben die Pflanzen.

So können die Pflanzen wachsen,
sich vermehren und Früchte bekommen.



1. Einige schädliche Insekten

Es gibt auch Arten,
die unseren Pflanzen schaden können.
Es sind aber nur wenige Arten.
Sie sind besonders schädlich,
wenn sie in großen Mengen
vorkommen.



Die wichtigste Regel ist:
Verwende keine Chemie im Garten!
Damit sind zum Beispiel
Pestizide gemeint.
Das sind Pflanzenschutz-Mittel.
Sie sind giftig.
Sie töten nicht nur die Schädlinge,
sondern auch viele Nützlinge:
Zum Beispiel Marien-Käfer!



Es gibt viele Möglichkeiten,
auf chemische Mittel zu verzichten.
Wenn du ein Pflanzenschutz-Mittel
kaufst, achte auf diese Hinweise:

- Verwendung im ökologischen Landbau
- Im Haus und Kleingarten zugelassen

Nur diese Mittel sind bienen-freundlich
und nützlings-schonend.



Wenn dein Garten viele verschiedene Pflanzen hat, leben darin auch viele Nützlinge. Die Nützlinge sorgen dafür, dass nicht zu viele Schädlinge kommen. Sie sorgen für ein natürliches Gleichgewicht.



Marien-Käfer, Bienen und Flor-Fliegen sind natürliche Feinde von Schädlingen. Wenn sie in deinem Garten ihr Zuhause haben und sich wohlfühlen, hast du auch weniger Schädlinge. Sie fressen nämlich die Schädlinge. Zum Beispiel: Marien-Käfer fressen Blatt-Läuse. Auch die Larven der Flor-Fliege fressen Blatt-Läuse.



2. Schädlinge bekämpfen: So geht es!

Gibt es zu viele Schädlinge in deinem Garten, kannst du das den Pflanzen ansehen. So erkennst du die häufigsten Schädlings-Arten:



Blatt-Läuse

Die Blätter der Pflanze sind:

- eingerollt,
- vertrocknet
- oder vergilbt?

Dann kann sie Blatt-Läuse haben. Sie sitzen besonders gern auf der Unterseite der Blätter. Auch am Stiel-Ansatz und an ganz frischen Trieben.



Schnelle Hilfe gegen Blatt-Läuse ist Wasser.

Du kannst sie mit einem weichen Wasser-Strahl vom Blatt abspritzen. Du kannst sie auch mit lauwarmem Wasser abwaschen.

Spinn-Milben

Die Blätter der Pflanze haben:

- gelbliche Sprenkel
- oder bronze-farbene Sprenkel?

Vielleicht sind zusätzlich Zweige und Blätter mit einem feinen Gespinnst überzogen?

Dann hat die Pflanze sehr wahrscheinlich Spinn-Milben.

Oft ist der Grund zu wenig Luftfeuchtigkeit.



Auch hier hilft Wasser.

Du kannst die Spinn-Milben mit einem Wasser-Strahl abspritzen. Danach wische mit einem feuchten Tuch nach.

Vor allen Dingen wische auch die Unterseiten der Blätter ab.



Weißer Fliege

Die Weiße Fliege kommt vor allem in Gewächs-Häusern vor.

Aber auch an geschützten Stellen. Wie zum Beispiel auf dem Balkon. Die Blätter der Pflanze sind gelblich gefleckt?

Außerdem sind die Unterseiten der Blätter mit einer Wachs-Schicht überzogen?

Sobald du eine Pflanze mit Weißen Fliegen berührst, schrecken sie auf und fliegen herum.



Gegen die Weiße Fliege nimmst du sogenannte Gelb-Tafeln oder Gelb-Sticker. Beide sind tatsächlich gelb. Mit ihrer gelben Farbe locken sie die Schädlinge an. Landen sie auf dem Gelb, bleiben sie an einer Leim-Schicht haften. Dann sterben sie.



Im Gewächs-Haus hilft häufiges Lüften. Sodass die Weißen Fliegen gar nicht erst kommen. Nützlinge wie Marien-Käfer, Schlupf-Wespen und Spinnen können ebenfalls helfen. Sie fressen die Weißen Fliegen.



Noch ein Tipp:
Regen-Wasser zum Gießen nutzen



Auch bei uns in Deutschland ist es immer länger trocken. Das liegt am Klima-Wandel. Wasser ist kostbar. Stelle darum eine Regen-Tonne in deinem Garten auf. Darin sammelt sich das Regen-Wasser. Mit diesem Wasser kannst du deine Pflanzen gießen. Anstatt dafür Trink-Wasser aus dem Wasserhahn zu nehmen.





Auch zu Hause können wir das Klima schonen.
Mit ein paar Tricks können wir Energie sparen.

Gute Leuchtmittel nehmen

1. Was bedeutet Energie-Effizienz-Klasse?

Leuchtmittel ist das, was viele noch immer Glühbirne nennen.

Es ist die Lichtquelle in unseren Lampen.

Wenn ein Leuchtmittel kaputt geht:

Achte darauf, was du kaufst.

Auf jeder Verpackung steht die Energie-Effizienz-Klasse.

Sie wird durch Buchstaben angezeigt.



A und **B** sind am besten.

Sie bedeuten:

Diese Leuchtmittel sind

umwelt-freundlich.

Sie sind sparsam im Verbrauch.

G bedeutet:

Dieses Leuchtmittel verbraucht

am meisten Energie.

Es belastet die Umwelt.



Aber Glüh-Lampen sind veraltet.

Am besten benutzt du nur noch

LED-Lampen.

Sie verbrauchen viel weniger Strom.



2. Die verschiedenen Leuchtmittel

Wenn du eine Lampe ersetzt, dann kaufe auf jeden Fall eine moderne LED-Lampe. Die LED-Lampen halten viel länger. Und du brauchst nicht mehr so viel Ersatz-Lampen.



LED-Lampen machen sich dort bezahlt, wo das Licht lange eingeschaltet ist. Da kannst du am meisten sparen.

Die meisten Leuchtmittel enthalten Schadstoffe. Deshalb dürfen sie nicht einfach in den Müll geworfen werden. Sie enthalten außerdem Rohstoffe, die man wieder verwenden kann.



Leuchtmittel sind zum Beispiel:

- Halogen-Lampen
- Energiespar-Lampen
- LED

Sind diese Leuchtmittel kaputt, müssen wir sie an zugelassenen Sammel-Stellen abgeben. Das sagt das Gesetz.



Eine Sammel-Stelle ist zum Beispiel der Wertstoff-Hof. Außerdem in den Läden, wo du Leuchtmittel kaufen kannst. Dort kannst du Leuchtmittel, Leuchten und Lampen kostenlos abgeben. Sie kümmern sich darum, dass sie weiter verwertet werden. So, dass die Umwelt geschont wird.



Glüh-Lampen und Halogen-Lampen kommen weiter in den normalen Hausmüll.



Energie-sparend heizen

Wenn du deine Wohnung richtig heizt,

- tust du der Umwelt was Gutes,
- tust du etwas für deine Gesundheit
- und du sparst Geld.



1. Die Raum-Temperatur

Heize Räume nur, wenn du sie auch benutzt.

Es reicht eine Temperatur von 16 Grad, wenn du Räume nur zeitweise benutzt. So zum Beispiel dein Schlafzimmer.

Wenn du den Raum dann betrittst, kannst du die Temperatur etwas erhöhen.



Oft sind in den Räumen unterschiedliche Temperaturen. Lass die Türen zwischen den Räumen geschlossen. Damit sich die Wärme in dem geheizten Raum hält.



2. Heizkörper und Thermostate

Die Heizkörper dürfen nicht verdeckt sein.
Zum Beispiel durch Gardinen.
Oder weil Möbel davor stehen.
Nur dann kann die Wärme richtig in den Raum abgegeben werden.
Auch die Raum-Thermostate dürfen nicht verdeckt sein.
Sonst können sie nicht richtig arbeiten.



Ein Thermostat funktioniert so:
Er hat eine Art Fühler.
Dadurch weiß er,
wie warm es im Raum ist.
Ist die gewünschte Temperatur erreicht,
wird das Ventil verschlossen.
Dann kommt kein heißes Wasser
mehr in den Heizkörper.



! **Noch ein Tipp: Heizen und lüften**

Stelle die Heizung aus,
wenn du lüftest.
Sonst verschwendest du Energie.
Nach dem Lüften drehst du die
Heizung wieder an.



Nachts kann es gut 5 Grad weniger
in deiner Wohnung sein.
Regele die Raum-Temperatur
deshalb nachts runter.

Wenn du verreist bist,
sollten ungefähr 15 Grad
in deiner Wohnung sein.



Wichtig ist, dass die Räume nicht vollständig auskühlen. Sonst kann sich Schimmel in deiner Wohnung bilden. Außerdem braucht es sonst nach deiner Rückkehr unnötig viel Energie. Bis die Räume wieder richtig warm werden.



Wasser sparen

Wusstest du das? Jeder Mensch in Deutschland verbraucht am Tag 120 Liter Wasser. Das ist unglaublich viel! Und das meiste Wasser davon läuft in den Abfluss.

Du kannst in deiner Wohnung weniger Wasser verbrauchen. Dazu beachte diese Dinge:

1. Im Bad

Im Badezimmer kannst du eine neue Dusch-Brause einbauen: Sie ist wassersparend. Denn es kommt weniger Wasser heraus. Dann brauchst du weniger Wasser zum Duschen. Deshalb muss weniger Wasser erhitzt werden. Das spart Kosten. Und du schonst die Umwelt.





Lass beim Zähne putzen nicht die ganze Zeit das Wasser laufen. Stell den Wasserhahn solange ab. Erst zum Mund ausspülen machst du den Wasserhahn wieder an.



Auch beim Hände waschen kannst du Wasser sparen. Während du deine Hände einseifst, drehe den Wasserhahn zu.



2. In der Küche

Auch beim Kochen kannst du Wasser sparen. Bitte kein Obst, Salat und Gemüse unter fließendem Wasser waschen. Das verbraucht viel zu viel Wasser.



Besser ist es so:
Lasse Obst oder Gemüse kurz in einer Schüssel mit Wasser einweichen. Danach kannst du alles abreiben.

Info-Box: So hängen Klima-Schutz und Energie sparen zusammen

Häufig ist zu hören:
Energie sparen ist gut.
Um Geld zu sparen.
Und es ist gut für das Klima.
Beides ist richtig.
Doch was hat Energie sparen mit dem Klima zu tun?
Energie brauchen wir zum Beispiel für:

- die Heizung,
- das Licht,
- und für alle Geräte, die ihren Strom aus der Steckdose bekommen.



Strom und Heiz-Energie werden in großen Kraftwerken hergestellt.
Es gibt Kraftwerke, die aus Wind-Kraft oder Wasser-Kraft Strom herstellen.



Aber leider gibt es auch noch sehr viele andere Kraftwerke.
Die stellen den Strom aus Kohle, Erd-Öl oder Erd-Gas her.
Kohle, Erd-Öl und Erd-Gas kommen in großen Lagern unter der Erde vor.
Sie sind vor vielen tausend Jahren aus Pflanzen-Resten entstanden.
Um daraus Strom herzustellen, werden sie aus der Erde geholt.
Und das in großen Mengen.
Dann werden sie in den Kraftwerken verbrannt.



Dabei entstehen Gase.
Und die sind für das Klima sehr schädlich.
Es ist vor allem das Gas Kohlen-di-oxid.
Darüber haben wir schon in den
anderen Info-Boxen gesprochen:
Das Gas CO₂ macht das Klima zu warm.
Weil es zu viel von diesem Gas
in der Luft gibt.



Ein Grund dafür sind die vielen Kraftwerke,
die Kohle, Erd-Gas und Erd-Öl brauchen.
Darum ist es gut, wenn wir Energie sparen.
Und wenn wir weniger Strom verbrauchen.
Dann helfen wir dabei,
dass nicht so viel Kohlen-di-oxid entsteht.



Es gibt auch Strom aus Wind,
Sonne oder Wasser.
Verwenden wir solchen Strom,
helfen wir ebenfalls der Umwelt.
Denn dann sorgen wir dafür,
dass nicht so viel Kohlen-di-oxid entsteht.



Impressum

Herausgeber

toom Baumarkt GmbH, Köln

www.toom.de

Bundesvereinigung Lebenshilfe e.V., Marburg und Berlin

www.lebenshilfe.de

Nationale Naturlandschaften e.V.

nationale-naturlandschaften.de

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung der Herausgeber.

Texte in Leichter Sprache und Gestaltung

Ina Beyer 3in1, Berlin

Texte der Info-Boxen: Nationale Naturlandschaften e.V.

Titelfoto, Fotos und Druckvorstufe

Hans D. Beyer, Berlin

weitere Fotos

S. 3 o., S. 10, S. 11 1. v. o. und 3. v. o., S. 20 1. v. o. und 2. v. o., S. 21 2. v. o. und 3. v. o.: Helga Kosak, S. 5 u: Europäische Kommission, S. 6 3. v. o.: yaalan/Adobe Stock, S. 12 o.: Nationale Naturlandschaften, S. 12 u.: Halfpoint/iStock via Getty Images, S. 17 3. v. o.: Bernd Wolter/Adobe Stock, S. 17 u.: CSschmuck/Adobe Stock, S. 18 m. und S. 20 u.: toom Baumarkt, S. 21 u.: JinOdin/Adobe Stock.

Wir danken unseren Models Jan und Alina für das tolle Foto-Shooting.

Prüfung der Texte und der Gestaltung in Leichter Sprache

Durch die Prüfergruppe der Bundesvereinigung Lebenshilfe e.V.:

Daniel Küppers, Sandra Köpp, Mirko Müller, Astrid Ratzel,

Sebastian Richter und Benjamin Titze

Druck

Repa Druck GmbH



Das Heft wurde von den Herausgebern in gemeinsamer Redaktion umgesetzt und konnte mit finanziellen Mitteln von toom Baumarkt erstellt werden.



Nationale
Naturlandschaften





Ein Heft in Leichter Sprache