



**Krikoko**  
*Kritischer Konsum konkret*

# **Upcycling und DIY**

**Eine KriKoKo**

**anlässlich der nahenden Weihnachtszeit**

November | 2015

[www.KRIKOKO.j-gcl.org](http://www.KRIKOKO.j-gcl.org)





## **Liebe KriKoKo-Leser und -Leserinnen,**

seit einigen Wochen sind sie schon wieder überall zu entdecken: Lebkuchen, Spekulatius, Schokoladen-Weihnachtsmänner und -Nikoläuse. Wie jedes Jahr wird schon früh zum Kauf von Weihnachtsdeko, -geschenken und Süßigkeiten aufgefordert. Doch ist es wirklich notwendig, jährlich viel Geld in immer die gleichen Dinge zu investieren? Mit dieser KriKoKo wollen wir dazu anregen, Sachen selbst herzustellen und Gebrauchtes mit einem neuen Zweck zu erfüllen.

Am 28.11. findet der Kauf-nix-Tag statt. Wir haben hierzu zwei J-GCLerinnen gefragt, ob sie im Voraus dieses Experiment wagen und für uns darüber schreiben. Was dabei herausgekommen ist, könnt ihr bei „Das Persönliche“ nachlesen. Viel Freude und beim Lesen!

**Lars-Kristian Dugstad, Sabrina Faulstich, Klara Kretzinger, Sarah Mayer, Candida Sisto und Tamara Vogel (Kommission Kritischer Konsum 2015) mit Anja Böhmer (Verbandsleiterin) und Birgit Springer (Referentin)**

## **+++ Themenschwerpunkt: Upcycling und Do it yourself +++**

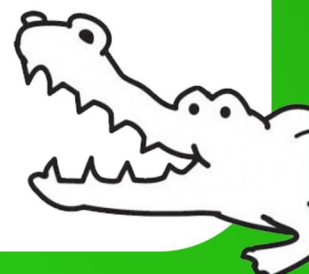
### **++ Upcycling vs. Recycling vs. Do it yourself - Ring frei! ++**

#### **Runde 1: Upcycling vs. Recycling vs. Do it yourself**

Wer blickt da eigentlich noch durch? Upcycling, Recycling, Do it yourself – ist doch alles das Gleiche nur irgendwie anders!? Fest steht, alle drei sind irgendwie umweltfreundlich, alle drei machen die Welt irgendwie ein bisschen besser. Doch wie genau funktioniert das? Der Unterschied Nummer eins: Do it yourself bedeutet in den Grundzügen, aus „Rohstoffen“ etwas selbst zu kleben, zu basteln, zu bauen. So wie es der Name eben schon sagt. Das können Knöpfe, ein Stück Holz oder ein Stück Stoff sein. Man baut also etwas ganz Neues zusammen. Upcycling und Recycling vertreten dagegen eher das Motiv „Aus alt mach neu.“

#### **Runde 2: Upcycling vs. Recycling**

Recycling bedeutet, man nimmt einen gebrauchten Rohstoff und verwendet ihn in einer ähnlichen Bedeutung wieder. Wer von uns kennt nicht die Schulblöcke aus Recycling-Papier? Ähnliches funktioniert auch beispielsweise mit Aluminium oder Glas. Upcycling hingegen ist die kreative Variante: Man nimmt einen alten oder kaputten Gegenstand und gibt ihm durch einen Umbau einen völlig neuen Wert, - daher auch der Wortbestandteil „up“. So wird etwa aus einem alten Marmeladenglas eine Schneekugel (siehe unsere Geschenktipps zu Weihnachten).



### **Runde 3: Do it yourself vs. Upcycling**

Natürlich sind die Grenzen zwischen Upcycling und Do it yourself dünn, aber dennoch ist es wichtig, den Unterschied unter die Lupe zu nehmen und zu verstehen: Bei Upcycling geht es um Nachhaltigkeit. Das alte Marmeladenglas, die Zeitung von gestern, die leere Streichholzschachtel. All das ist im Grunde Müll, den wir wegwerfen würden, aus dem wir aber auch ganz neue Sachen erfinden können. Etwas Selbstgemachtes ist immer toll, egal, ob ich Holzplatten besorge, um daraus einen Tisch zu zimmern oder ob ich den Schrank, der für den Sperrmüll gedacht war, auseinandernehme und als Esstisch upcycle. Man muss also nicht immer gleich in das nächste Möbelgeschäft.

### **++ J-GCL im Interview: Taschen aus LKW-Planen ++**

In der Diözese Bamberg gibt es seit kurzer Zeit J-GCL-Taschen aus gebrauchten LKW-Planen. Wir dachten uns, das wäre doch eine gute Investition (evtl. z.B. als kollektives Weihnachtsgeschenk) und haben den J-GCLerinnen aus Bamberg die wichtigsten Fragen dazu gestellt.

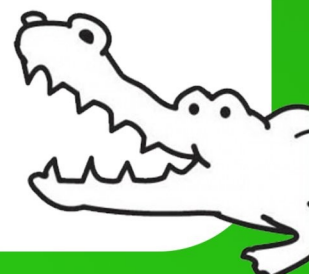
#### **1.) Wie seid ihr auf die Idee mit den Taschen gekommen?**

Während einer unserer Diözesankonferenzen kam der Wunsch nach neuen Werbematerialien auf. Die DL hat dann an ihrem Klausurwochenende überlegt, welche Materialien realisierbar sind und welche auch noch in diesem Jahr in die Produktion gehen sollen. Wir haben uns dann unter anderem für Taschen entschieden. Natürlich stand für uns fest, dass es Taschen sein sollen, die aus wiederverwendetem Material sein sollen. So sind wir auf die Idee gekommen, Taschen aus LKW-Planen produzieren zu lassen. Schwieriger jedoch war es für uns, dann „passende“ Taschen zu finden, die also nicht in Afrika durch Kinderhände entstehen. Nach einiger Zeit wurde jemandem aus der DL zugetragen, dass ein Schwiegersohn aus dem Freundeskreis ihrer Mutter Taschen selbst näht. Mit diesem wurde dann Kontakt aufgenommen und der Auftrag in Bezug auf die Taschen abgeschlossen.



#### **2.) Wie werden sie hergestellt?**

Jede einzelne Tasche wird durch Handarbeit von Herrn Oliver Dörflein in Bamberg hergestellt. Die LKW-Planen werden mit einer speziellen Nähmaschine zusammengenäht. Auch das J-GCL-Logo wird aus LKW-Planen ausgeschnitten und anschließend auf die Taschenfront genäht. Der Tragegurt besteht aus einem PKW-Sicherheitsgurt, die LKW-Planen selbst sind ausgesonderte Planen aus Deutschland. Natürlich ist durch diese Vorgehensweise jede Tasche ein Unikat. Wie lange es genau dauert, bis eine einzelne Tasche fertig ist, kann man nicht genau sagen. Herr Dörflein stellt diese Taschen nur





nebenberuflich her, weshalb die Dauer der Anfertigung immer unterschiedlich sein könnte – je nachdem, was sein Zeitbudget hergibt. Wir haben jedoch die Erfahrung gemacht, dass die Taschen relativ zügig gefertigt werden. Allerdings haben wir erstmals nur 2 Taschen zur Vorstellung bestellt. Für 30 Taschen, beispielsweise, bräuchte er dann selbstverständlich etwas länger. Wer die Internetseite von Herrn Dörflein besuchen möchte, kann gerne mal auf [www.o-bags.de](http://www.o-bags.de) vorbei schauen.

### **3.) Wie bekomme ich so eine Tasche?**

Wir werden in Kürze Bestellkärtchen entwerfen, die man entweder ausgefüllt an „Jugendverbände der Gemeinschaft Christlichen Lebens, Kleberstraße 28, 96047 Bamberg“ schicken kann oder eingescannt per Mail an [dl@j-gcl-bamberg.de](mailto:dl@j-gcl-bamberg.de). Die Anfragen werden immer bis 31. März/30. September des jeweiligen Jahres gesammelt und dann in Auftrag gegeben. Alternativ kann man auch einfach eine Mail an die oben genannte E-Mail-Adresse schicken. Wer das Geld überwiesen bzw. persönlich abgegeben hat, bekommt dann auch seine Tasche, sobald diese fertig ist. Die Bestellkärtchen selbst wird man dann unter der oben genannten E-Mailadresse anfordern oder auf unserer Facebookseite (<https://www.facebook.com/J-GCL-DV-Bamberg-360315947403841/?fref=ts>) herunterladen können.

Dadurch, dass die Taschen von Hand genäht werden, muss man für eine Tasche mit etwa 80€ rechnen. Bei größeren Sammelbestellungen wird es aber einen Rabatt geben.

### **++ Gruppenstundenidee: Aus alt mach neu. ++**

Jedes Gruppenmitglied bringt etwas mit, das es nicht mehr braucht. Alle Gegenstände werden in eine Kiste gelegt und mit verschlossenen Augen zieht jedes Mitglied etwas aus der Kiste. Zusammen wird überlegt, ob der Gegenstand so verändert werden kann, dass er eine neue Funktion bekommt. Anschließend werden die Ideen umgesetzt.

### **++ Weihnachtsgeschenke-Tipps ++**

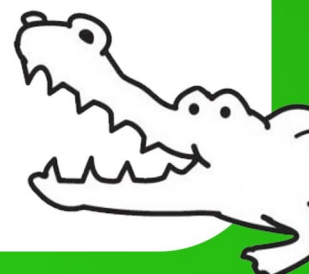
Im Anhang findet ihr eine Datei mit allerlei Tipps für Weihnachten rund um das Thema „Do it yourself und Upcycling“. Zwei davon präsentieren wir euch hier als kleinen Vorschmack.

#### **Upcycling-Schneekugel**

Material: altes Marmeladenglas, kleine gebrauchte Spielzeugfigur (idealerweise „wasserfest“), Glitzer, destilliertes Wasser, Schraube und Bohrer (evtl. etwas Knete)

- 1.) Bohre in den Deckel des Marmeladenglases die kleine Spielzeugfigur fest.
- 2.) Fülle das Glas mit dem destillierten Wasser auf und gib etwas Glitzer bei.
- 3.) Schraube den Deckel auf das Glas und fertig ist die Schneekugel.

Für den Fall, dass das gebohrte Loch undicht ist, einfach mit Knete verdichten.





## Do it yourself-Badekugeln

Material: 200 g Natron, 100 g Vitamin-C-Pulver (Ascorbinsäure) oder Zitronensäure, 50 g Stärkepulver (z. B. Maizena), 2 Esslöffel Milchpulver, 1 Teelöffel Puderzucker oder Honig, ca. 100 ml Öl (Olivenöl, Nussöl, Sonnenblumenöl, ...), 20 Tropfen Parfümöel oder ätherisches Öl (auf Hautverträglichkeit achten; eventuell getrocknete Blüten und Speise- oder Körperfarbe)

- 1.) Mische alle festen Bestandteile miteinander in einer Schüssel.
- 2.) Gib alle flüssigen Bestandteile zu.
- 3.) Mische mit einem Löffel alle Zutaten zu einer Masse. Wenn die Masse zu fest ist, gib etwas mehr Öl dazu. Wenn sie zu feucht ist, kannst du noch etwas Stärke dazugeben.
- 4.) Knete die Masse und forme deine Badekugeln mit den Händen.
- 5.) Lass die Kugeln eine Woche trocknen - und fertig!

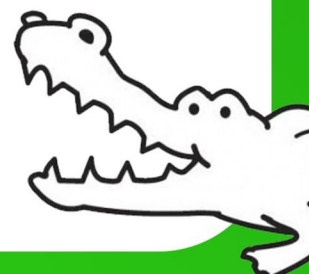
Alternativ kannst du die Masse auch in Pralinenförmchen drücken oder mit Formen ausstechen.

## ++ Das Eine, was du sofort tun kannst ++

- **Wirf's nicht weg!** Wenn du das nächste Mal deine Sachen aussortierst, frag dich: Gibt es jemanden, der/die sich darüber noch freuen würde? Oder: Kann ich es so verändern, dass es mir selbst wieder gefällt? In vielen Städten gibt es sogenannte „Giveboxen“, in die Dinge reingelegt werden können, die nicht mehr gebraucht werden.
- **Mach' es selbst!** Du siehst in einem Geschäft etwas, das dir sehr gut gefällt. Vielleicht kannst du es selber machen. Dadurch bekommt es für dich einen ganz anderen Wert und du kannst es so gestalten, dass es dir auf jeden Fall gefällt.

## +++ Shop- und Linktipps +++

- Bereits im Februar 2014 gab es eine KriKoKo-Ausgabe zum Thema **Upcycling** mit ausführlichen Infos und schönen Ideen: <http://j-gcl.org/wp-content/uploads/2012/10/KriKoKo-Upcycling-Februar-2014.pdf>
- Auf dieser Seite kannst du nachschauen, ob es auch in deiner Nähe eine **Givebox** gibt: <http://www.givebox.eu/>
- Der Online-Shop Siebenblau bietet **Stoffe aus Fairtrade-Baumwolle** an. Diese eignen sich hervorragend, um ein ganz persönliches Geschenk zu nähen: <http://www.siebenblau.de/>
- **Geschenktipps** von Fairtrade Deutschland: <https://www.fairtrade-deutschland.de/produkte/fair-einkaufen/fair-schenken/weihnachten/>
- Voraussichtlich wird es auch dieses Jahr wieder den **Online-Adventskalender von Fairtrade** geben, - jeden Tag mit Quizfrage und Gewinnchance. Hier findet ihr den Adventskalender vom letzten Jahr: <http://www.fairtrade-deutschland.de/advent/at.php>



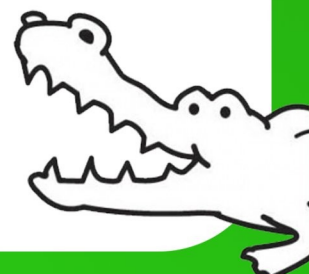


## +++ Das Persönliche: Kauf-nix-Tag im Selbsttest +++

Wir haben zwei J-GCLerinnen gefragt, ob sie für uns das „Experiment Kauf-nix-Tag“ bestreiten und uns von ihren Erfahrungen berichten wollen.

*„Einen Tag kein Geld ausgeben – so schwer kann das ja wohl nicht sein, dachte ich. Mein eiskalter, durch die Rollerfahrt quer durch Fulda und Umgebung eingefrorener Körper sitzt bibbernd auf der Liege meiner Physiotherapeutin. Das Projekt „kein Geld ausgeben“ hat begonnen. Nach 20 min habe ich Station 1 in dem Test bestanden. Gut, was will man denn auch in einer Physiotherapie kaufen; aber das ist nicht das Problem. Das Problem oder besser gesagt die Probleme liegen auf dem Weg dorthin. Zwei Supermärkte und ein Einkaufszentrum mit allem, was das Herz begehrt. Aber nein, die Tafel Schokolade ist heute mal im Regal geblieben. Es gibt Schlimmeres. Das bemerke ich, als ich auf dem Weg in die Innenstadt bin. Eine Freundin hat geschrieben, sie hat gerade zufällig Zeit. Ob ich auf einen Kaffee mit in unser Stammcafé kommen mag. Wer sagt da schon nein? Zu allem Überfluss leuchtet die Tankanzeige auch noch rot. Einmal tanken 5,35€. Im Café angekommen besinne ich mich auf meine Mission und schlage meiner Freundin vor, doch bei ihr zu Hause einen Kaffee zu trinken. Gut gemacht. Ich klopfe mir innerlich auf die Schulter. Wir laufen gemeinsam durch die Einkaufsstraße. Ich fühle mich wie ein kleines Kind, was ohne einen Penny im Portmonee vor einem Süßigkeiten-Laden ausgesetzt wird. Mit einem starren Blick blende ich die schön dekorierten Schaufenster aus, ignoriere die Verkäufer, die so nett lächeln und widerstehe dem Zwang, „nur mal kurz zu schauen“. Nach ein paar Metern ist das Ganze auch nur noch halb so wild, sogar ziemlich entspannend. Als ich ein paar Stunden später den Heimweg antrete, bin ich ein klein bisschen stolz auf mich, ein klein bisschen bedauere ich aber auch, einen schönen Chai Latte versäumt zu haben.“*  
(Svenja Herget, OG Fulda, Region West)

*„Mein Kauf-nix-Tag war fast erfolgreich. Ich habe nur eine Leihgebühr für eine Filmausleihe bezahlen müssen. Ich bin mir an diesem Tag bewusst geworden, wie einfach man es sich heutzutage macht, etwas schnell noch zu besorgen. Gegenüber von meiner WG ist ein Supermarkt, da bin ich schnell hingelaufen. Mittags hatte ich Lust auf eine Suppe, aber keine Zutaten dafür im Haus. „Ach, du kannst ja nachher kurz einkaufen gehen“, dachte ich mir, aber das ging nicht. Mittags habe ich mir jedoch aus vorhandenen Zutaten etwas gekocht. Und so habe ich, ohne dem Drogeriemarkt- oder Lebensmittelmarkt verfallen zu sein, auch einen schönen Tag gehabt und die Sonne bei einem Spaziergang genossen.“*  
(Carolin Faulstich, Bundesleitung)





## +++ Termine und Aktionsvorschläge +++

+ **21.11. Welttag des Fernsehens.** Der Fernseher ist zwar nicht mehr so beliebt wie das Internet, aber wie wär's trotzdem mit einer kleinen TV-/Film-Pause? Oder alternativ: Wie wäre es, ab dem 21.11. für drei Tage zu notieren, was ihr so alles an Filmen/Sendungen anschaut (und sich darüber mal in einer Gruppenstunde auszutauschen)?

+ **25.11. Internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen** - Rund um den 25. November setzt TERRE DES FEMMES mit der Fahne „frei leben – ohne Gewalt“ ein sichtbares Zeichen gegen tägliche Gewalt an Mädchen und Frauen. Schwerpunktthema 2015 ist „STOP Frühehen“, u.a. mit einer Unterschriftenaktion, die noch bis April 2016 läuft: <https://frauenrechte.de/online/index.php/themen-und-aktionen/gewalt-im-namen-der-ehre/schwerpunkt-fruehehen>

+ **28.11. Kauf-Nix-Tag** - macht mit! Unsere Autorinnen von „Das Persönliche“ haben sich schon getraut. Hier findet ihr einen interessanten Artikel zu dem Thema von 2014 <http://www.utopia.de/magazin/heute-geschlossen-kaufen-sie-nichts-kauf-nichts-tag-buy-nothing-day>

## +++ Noch auf dem Schirm? +++

2008 hat die gemeinsame JK einen umfassenden Beschluss zum Fairen Handel(n) gefasst. Eine Konsequenz des Beschlusses war das Positionspapier der gemeinsamen VK 2008 „Wir handeln fair“, als PDF online unter:

[http://j-gcl.org/wp-content/uploads/2011/05/Pospap\\_Wir\\_handeln\\_fair.pdf](http://j-gcl.org/wp-content/uploads/2011/05/Pospap_Wir_handeln_fair.pdf)

Wie sieht es in eurer OG bzw. eurem DV/RV mit der Umsetzung dieser Selbstverpflichtung aus? Wäre es nicht eine Idee, da mal was voranzubringen? Ihr könntet z.B. mit dem Beschluss in der Hand das Gespräch mit Lehrkräften oder gleich mit der Schulleitung eurer Schule suchen.

## +++ Schickt was für die nächste KriKoKo! +++

Die nächste KriKoKo soll ein „Best-of“ von den bisherigen KriKoKo-Ausgaben werden. Falls ihr darüber hinaus Infos, Tipps, Links oder Termine mit uns teilen möchtet oder einen Gastbeitrag verfassen wollt, meldet euch bei uns:

**krikoko@j-gcl.org**

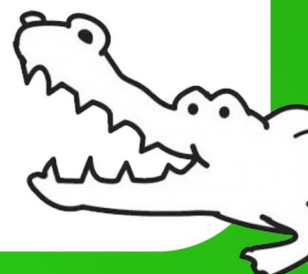
Auch wenn ihr Erfahrungsberichte, Fragen (z.B. was ihr schon immer mal wissen wolltet in Sachen Kritischer Konsum), Anregungen oder Sonstiges habt bzw. mal einen Beitrag für die Rubrik +++ Persönliches +++ verfassen wollt, mailt uns einfach:

**krikoko@j-gcl.org**

Wir freuen uns, wenn ihr Lust habt, die KriKoKo-Mails mitzugestalten!

## +++ Besucht uns auf Facebook +++

<https://www.facebook.com/pages/KRIKOKO/440717906075609?ref=ts&fref=ts>



### **Chefredaktion dieser „KriKoKo“:**

- Tamara Vogel und Sabrina Faulstich (GCL-MF, ehrenamtliche Mitglieder der Kommission Kritischer Konsum)

### **unterstützt von:**

- Candida Sisto (GCL-MF, ehrenamtliches Mitglied der Kommission Kritischer Konsum)
- Lars-Kristian Dugstad (GCL-JM, ehrenamtliches Mitglied der Kommission Kritischer Konsum)
- Klara Kretzinger (GCL-MF, ehrenamtliches Mitglied der Kommission Kritischer Konsum)
- Sarah Mayer (GCL-MF, ehrenamtliches Mitglied der Kommission Kritischer Konsum)
- Anja Böhmer (GCL-MF, ehrenamtliche Verbandsleiterin)
- Birgit Springer (GCL-MF, Referentin)

Die KriKoKo-Mail ist ein kostenloses Angebot der Jugendverbände der Gemeinschaft Christlichen Lebens (J-GCL).

Wenn du die J-GCL bei ihrer Arbeit unterstützen möchtest, kannst du dies durch eine Spende oder eine Fördermitgliedschaft tun.

Alle Infos hierzu findest du unter [www.j-gcl.org/foerdern](http://www.j-gcl.org/foerdern)

### **KriKoKo-Mail abonnieren oder Abo abbestellen?**

**Ganz einfach:** <http://j-gcl.org/krikoko/>

**Dort finden sich auch alle bisher verschickten KriKoKo-Mails.**



Die KriKoKo-Mail wird herausgegeben von:

**J-GCL Bundesstelle  
Bei St. Ursula 2  
86150 Augsburg**

[mail@j-gcl.org](mailto:mail@j-gcl.org) | [www.j-gcl.org](http://www.j-gcl.org)