



Krikoko
Kritischer Konsum konkret

Mikroplastik

September | 2021

www.KRIKOKO.j-gcl.org





Liebe*r Leser*in!

Etwa 75 % des Plastiks, das in Deutschland in die Umwelt gelangt, ist Mikroplastik. Insgesamt sind das laut des WWF 330.000 Tonnen kleinste Plastikpartikel, die jährlich auf Natur, Tiere und uns selbst Einfluss nehmen.

Du fragst dich vielleicht: Was ist eigentlich Mikroplastik, wodurch entsteht es und was ist das Problem von Mikroplastik in der Natur? Genau das haben wir uns auch gefragt! Deswegen haben wir uns ran gesetzt und diese KriKoKo verfasst, die Mikroplastik genauer unter die Lupe nimmt und praktische Tipps sammelt, wie man Mikroplastik – unter anderem aus der zehntgrößten Mikroplastik-Quelle in Deutschland, dem Faserabrieb von synthetischen Textilien bei der Wäsche – vermeiden kann.

Unserem Gastautor Cornelius Herrlich (Schulpfarrer und Erwachsener Mitarbeiter, J-GCL Maria Ward Mainz) danken wir herzlich für seinen spirituellen Impuls mit dem Titel „Wir haben die Schnauze voll“.

Deine KriKoKo-Redaktion

Paula und Franziska mit Constantin, Freya, Friedrich, Isabelle, Pia, Priya und Birgit

+++ Themenschwerpunkt: Mikroplastik +++

++ Infoteil ++

Was ist Mikroplastik überhaupt?

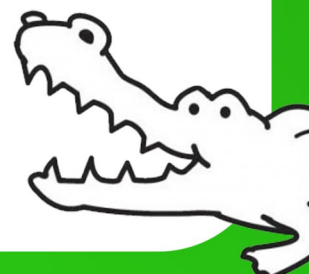
Mikroplastik sind winzige Teile von Plastik, die einen Durchmesser von weniger als 5 Millimeter haben. Im Wesentlichen wird zwischen primärem und sekundärem Mikroplastik unterschieden, basierend auf der Entstehung der Plastikpartikel. Im Zusammenhang mit seiner Verwendung in Kosmetika wird manchmal auch von „flüssigem Mikroplastik“ gesprochen, dabei handelt es sich um gelartige, wachsartige oder flüssige Plastikteile (Polymere).

Ein weiterer Begriff, der im Zusammenhang mit Mikroplastik auftaucht, ist Makroplastik. Dabei handelt es sich um das, was wir als groben Plastikmüll kennen; z. B. Plastiktüten, Flaschen oder sonstige Verpackungen.

Quelle: https://www.umsicht.fraunhofer.de/de/presse-medien/glossare-faqs/glossar-mikroplastik.html#faq_faqitem_1-answer

Wie entsteht Mikroplastik?

Bei der Entstehung von Mikroplastik zeigt sich, warum zwischen primärem und sekundärem Mikroplastik unterschieden wird. Primäres Mikroplastik Typ A wird für einen bestimmten Zweck





aus Erdölverbindungen hergestellt und etwa als Trübungsmittel für Kosmetika oder als Filmbildner in Putzmittel eingesetzt. Primäres Mikroplastik Typ B entsteht durch den Gebrauch von beispielsweise Schuhen oder Autoreifen, aber auch durch Abreibung von Textilien oder Farben werden die kleinsten Plastik-Teilchen in die Umwelt freigesetzt. Primäres Mikroplastik wird also vom Menschen bewusst hergestellt oder entsteht zwangsläufig durch die Verwendung von einem größeren, aus Plastik hergestellten Produkt.

Dahingegen entsteht sekundäres Mikroplastik durch die Auflösung beziehungsweise den Zerfall von größeren Plastikteilen in der Natur, z. B. durch „Littering“ (d. h. Vermüllung) durch Plastikverpackungen im Meer, am Strand oder in Wäldern. Damit ist sekundäres Mikroplastik also eher ein Ergebnis des Zerfalls von Plastik, das unsachgemäß entsorgt wurde oder nicht recycelt werden kann.

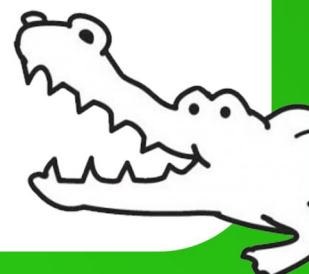
Quelle: https://www.umsicht.fraunhofer.de/de/presse-medien/glossare-faqs/glossar-mikroplastik/jcr:content/contentPar/faq/faqComponentParsys/faqitem_3/faqpar/textwithinlinedimage/imageComponent1/image.img.4col.large.jpg/1560935817273/mikroplastik-makroplastik-abbau.jpg

Warum ist Mikroplastik ein Problem?

Eine Studie des *Fraunhofer-Instituts UMSICHT* im Auftrag des *NABU* hat festgestellt, dass in Deutschland jährlich 977 Tonnen Mikroplastik sowie 46.900 Tonnen gelöste Polymere allein aus Kosmetikprodukten sowie Wasch-, Putz- und Reinigungsmitteln ins Abwasser gelangen. Insgesamt geht man von einer Menge von vier Kilogramm Mikroplastik aus, die pro Einwohner*in und Jahr in Deutschland in die Umwelt gelangen. Klärwerke können bisher Mikroplastik nicht ausreichend aus dem Trinkwasser entfernen. Auch sekundäres Mikroplastik aus zerfallenden Makroplastikteilen gelangt beispielsweise in Meere und beeinflusst durch die Nahrungskette Pflanzen, Tiere und letztlich auch uns Menschen.

Kleinste Plastikpartikel befinden sich somit längst nicht nur im Meer, sondern auch in unserer Nahrung und unserer direkten Umwelt (z. B. auf Äckern oder in der Luft). Noch dazu ist Mikroplastik nahezu nicht abbaubar und auch nicht aus den Ökosystemen herauszufiltern. Zusätzlich werden die kleinsten Plastikteilchen zu einem immer größeren Problem, da Plastik die physikalischen und chemischen Eigenschaften hat, dass es wie ein Magnet für andere Schadstoffe wirkt. So ist die Schadstoffkonzentration an Mikroplastik im Meer oft hundertmal höher als im Meerwasser, in dem es „schwimmt“. Durch das Mikroplastik gelangen also nicht nur Plastikpartikel in Pflanzen und Tiere im Meer, sondern auch Schadstoffe.

Die Aufnahme von Schadstoffen und Mikroplastik kann für Tiere weitreichende Folgen haben, die von Störungen des Magen-Darm-Traktes über Deformationen bis hin zu Krebs reichen. Auch gibt es Studien, die zeigen, dass Böden durch eine Mikroplastik-Belastung an Fruchtbarkeit und ökologischer Funktionsfähigkeit verlieren. Die langfristigen Folgen von Mikroplastik auf die Gesundheit des Menschen sind noch unklar, jedoch ist klar, dass Menschen durch die Luft sowie pflanzliche und/oder tierische Nahrung Mikroplastik aufnehmen, dessen langfristiger Einfluss auf die Gesundheit des Menschen jedoch noch unerforscht ist.





Da die langfristigen Wirkungen von Mikroplastik in unseren Ökosystemen noch unzureichend erforscht sind, kann noch nicht mit Sicherheit gesagt werden, wie schädlich Mikroplastik ist. Jedoch zeigt sich schon heute, wie weit verbreitet ein künstliches Produkt wie Mikroplastik in Umwelt und Organismen ist, und dass es schädlichen Einfluss auf unser Leben nimmt, was z. B. die oben erwähnten Forschungen an Tieren und Böden zeigen.

Quelle: https://www.nabu.de/imperia/md/content/nabude/konsumressourcenmuell/181012_mikroplastikstudie.pdf, <https://www.umweltbundesamt.de/service/uba-fragen/ist-mikroplastik-problematisch>, <https://www.wwf.de/themen-projekte/plastik/mikroplastik>

Wo ist Mikroplastik enthalten?

Eine weitere Studie des *Frauenhofer-Instituts UMSICHT* hat erforscht, wodurch das Mikroplastik in Deutschland in die Umwelt gelangt und insgesamt 74 Quellen identifiziert.

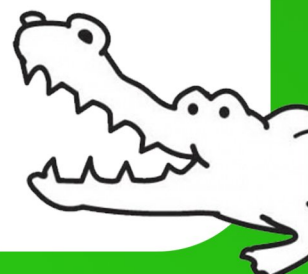
1. Abrieb von Reifen (Auto, Fahrrad, Skates, ...) mit 1.228,5 Tonnen jährlich
2. Emissionen bei der Abfallentsorgung
3. Abrieb von Asphalt
4. Verlusten von Pellets beim Transport
5. Verwehungen von Belägen auf Sport- und Spielplätzen
6. Freisetzungen an Baustellen
7. Abrieb von Schuhsohlen
8. Kunststoffverpackungen
9. Fahrbahnmarkierungen
10. Faserabrieb bei der Wäsche von synthetischen Textilien, mit immer noch beachtlichen 76,8 Tonnen Mikroplastik Freisetzung pro Jahr in Deutschland

Bei dieser Studie wurde noch kein Mikroplastik untersucht, das durch den Zerfall von Plastikmüll in unsere Natur gelangt.

Quelle: <https://www.wwf.de/fileadmin/fm-wwf/Publikationen-PDF/WWF-Hintergrundpapier-Mikroplastik.pdf>

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

Das Waschen von Textilien verursacht durch den Abrieb von synthetischen Fasern – aber auch durch die Nutzung von bestimmten Waschmitteln und von Weichspülern – eine beachtliche Menge Mikroplastik. Mit den folgenden sieben Tipps kannst du deinen Anteil an Mikroplastik durch Wäsche(-Waschen) sofort reduzieren:





Vermeide Kleidung aus Synthetik-Fasern!

Kleider, die Kunststoffgewebe wie Polyester, Mikrofasern, Elasthan oder Nylon enthalten, verlieren bei jedem Waschgang winzige Faserteilchen. Den Großteil kann weder die Waschmaschine noch die Kläranlage aus dem Wasser filtern. So landen diese Plastikfasern in den Gewässern und nähren den Mikroplastikkreislauf. Nicht nur Sportkleidung oder Fleece, sondern viele andere Klamotten – wie auch ganz „normale“ Socken, Tops und Hosen – enthalten Synthetik-Fasern. Schau daher beim Kauf neuer Kleidung immer ganz genau auf das Etikett

(https://www.oekotest.de/gesundheit-medikamente/Waschen-ohne-Mikroplastik-6-Ratschlaege-fuer-weniger-Plastik-in-der-Waesche_10896_1.html)

Bevorzuge Kleidung aus Natur-Fasern!

Stoffe aus Baumwolle, Wolle, (pflanzlicher) Viskose, Seide, Holzfasern (Lyocell, Tencel, Modal), Leinen oder Hanf können bei der Wäsche zwar ebenfalls Fasern verlieren, diese sind jedoch biologisch abbaubar. Da sie aus nachwachsenden Rohstoffen hergestellt werden und nicht – wie viele Chemiefasern – aus Erdöl oder Kohle, sind sie dementsprechend weniger bedenklich für Ökosysteme und Gesundheit. (<https://utopia.de/ratgeber/tipps-gegen-mikroplastik/>)

Stelle Waschmittel selbst her!

Mit selbst gemachten Waschmitteln aus umweltfreundlichen Bestandteilen sparst du nicht nur Plastikmüll, sondern auch Geld. Zum Beispiel lässt sich aus Kastanien ein hervorragendes Waschmittel herstellen – ganz ohne Plastikverpackung

(<https://www.kostbarenatur.net/rezepte/kastanien-waschmittel-oekologisch-kostenlos-und-regional/>)

Vermeide Weichspüler!

Da die Zugabe von Weichspülern tendenziell zu mehr gelösten Fasern führt, ist es sinnvoll, diese möglichst wegzulassen. Es lässt sich aber auch „Mikroplastik einsparen“, indem du eine natürliche Alternative für Weichspüler verwendest, wie zum Beispiel Zitronensäure oder Essig.

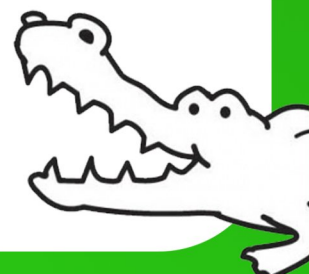
(<https://www.careelite.de/mikroplastik-vermeiden-tipps/#kleidung>)

Wasche weniger und kälter!

Wasche Kleidung aus Synthetik-Fasern möglichst selten. Meist wird die Wäsche viel öfter als nötig gewaschen. Das ist auf der einen Seite ein Energie- und Wasser-Problem, aber bei Textilien aus Kunstfasern ist es zudem ein Mikroplastik-Problem. Achte daher darauf, solche Klamotten nur dann zu waschen, wenn es unbedingt nötig ist. Tipp: Oft hilft es auch, das Kleidungsstück einfach auszulüften. Ein erfreulicher Nebeneffekt ist ebenfalls, dass Kleidung, die seltener gewaschen wird, eher ihre ursprüngliche Farbe und Form behält.

Wenn du synthetische Kleidungsstücke wäschst, empfiehlt es sich, eine möglichst niedrige Temperatur einzustellen. Je geringer die Temperatur ist, desto weniger Mikroplastik wird ausgeschwemmt. 30 Grad sind für den Reinigungsprozess sowie im Blick auf ein reduziertes Ablösen von Mikroplastik optimal. Sogar eine Reinigung mit kaltem Wasser ist in vielen Fällen möglich. Heißes Wasser hingegen schwächt das Material, sodass sich mehr Fasern lösen können.

(<https://www.smarticular.net/plastik-vermeiden-reduzieren-alternativen-im-alltag-haushalt/#section9>)



Entsorge richtig!

Wenn du die angesammelten Fusseln aus dem Sieb von Waschmaschine oder Wäschetrockner entfernst, achte darauf, diese im Mülleimer (Haus- oder Plastikmüll) und niemals im Waschbecken oder in der Toilette zu entsorgen. Sonst gelangen die Fasern ins Abwasser.

Es ist ebenfalls empfehlenswert, Wäsche an der Luft trocknen zu lassen, da dabei kein Trockner verwendet wird, der Fusseln abträgt. Es ist nicht nur kostenlos, sondern spart auch Energie und sorgt durch die Bewegung im Wind zusätzlich für weiche Wäsche.

(<https://utopia.de/ratgeber/tipps-gegen-mikroplastik/>)

Unterstütze bzw. nutze „Guppy Friend“!

Derzeit läuft ein Crowdfunding-Projekt für einen Waschbeutel („Guppy Friend“), welcher einen Großteil aller Kunststofffasern deiner Kleidung in der Waschmaschine abfängt. Nach dem Waschgang sammelst du die Fasern einfach aus der Ecke des Beutels und entsorgst sie im Plastikmüll. Die Idee hat mittelfristig großes Potenzial. Doch „Filtern ist zwar eine Lösung, aber eben die schlechtere im Vergleich zur plastikfreien und ökologischen Herstellung“, sagt ein Experte* vom BUND im Artikel bei enorm. Da die komplett plastikfreie Herstellung jedoch noch einige Zeit dauern wird, ist das Projekt wirklich interessant und regt zum Aus- und Weiterprobieren an.

(<https://enorm-magazin.de/lebensstil/nachhaltige-produkte/waschen-putzen/ein-waschbeutel-gegen-mikroplastik>) (<https://www.smarticular.net/mikroplastik-waesche-waschen-kleidung-waschbeutel-guppyfriend/>)

++ Zur weiteren Information ++

Ein kurzer Zeichenfilm zum Verständnis des Mikroplastik-Wasch-Problems; Dauer: 2:47 min:

<https://www.youtube.com/watch?v=BqkekY5t7KY&t=167s>

Film vom Deutschen Engagementpreis „Mikroplastik – Gefahr aus dem Haushalt?!“; Dauer: 2:18 min: https://www.youtube.com/watch?v=G_s_h2I3A6OU

Kurze Audio über die Auswirkungen des Mikroplastiks; Dauer: 6:33 min:

https://www1.wdr.de/wissen/natur/mikroplastik_hochwasser_100.html

Bericht mit interaktivem Link zum Mikroplastikkreislauf; Dauer: 10min:

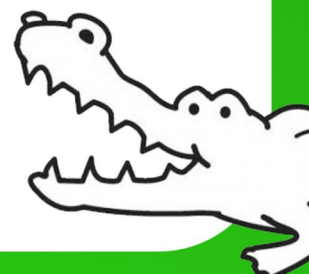
<https://www1.wdr.de/verbraucher/gesundheit/mikroplastik-kleidung-100.html>

Vertiefende Dokumentation über Alternativen zu Synthetik-Fasern; Dauer: 13:07 min:

<https://www.youtube.com/watch?v=2z5jF-EFyjK>

Auflistung von Produkten, die mikroplastik-frei sind:

https://www.bund.net/fileadmin/user_upload_bund/publikationen/meere/meere_mikroplastik_einkaufsfuehrer.pdf



++ Spiritueller Impuls „Wir haben die Schnauze voll“ ++

**von Cornelius Herrlich,
Schulpfarrer und Erwachsener Mitarbeiter der OG Maria Ward Mainz**

Wut und Entsetzen sind sicher keine falsche Reaktion und auch eine gute Motivation endlich für Veränderungen in unserem Konsum zu sorgen. Bei Großplastik ist es offensichtlich! Wie verhee-



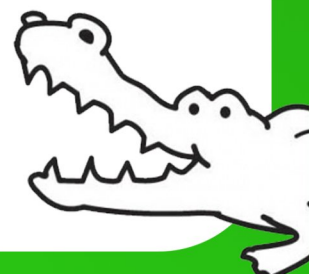
rend Mikroplastik sich auswirkt zeigen Zahlen des NABU: „977 Tonnen Mikroplastik und 46.900 Tonnen gelöste Polymere gelangen jährlich in Deutschland aus Kosmetikprodukten sowie Wasch-, Putz- und Reinigungsmitteln (WPR) ins Abwasser.“^[1] Hier nur auf die individuelle Verhaltensänderung zu hoffen, ist zu wenig! Nur Gesetze sprich Verbote bewirken eine nachhaltige Veränderung.

Auf der anderen Seite ist meine Haltung angefragt. Mich begleitet schon seit einigen Jahren die Haltung von Albert Schweitzer, der einmal sagte:

„Ich bin Leben, das leben will, inmitten von Leben, das leben will“.^[2] Ich bin eingebunden in das Leben dieser wunderbaren Schöpfung. Ich bin ein Mitgeschöpf unter anderen Geschöpfen. Letztlich geht es hier um die Ehrfurcht vor dem Leben. Für mich ist dabei die Erfahrung der Schönheit dieses Lebens ganz entscheidend. Die Menschen mit ihren vielfältigen Begabungen, die Tier- und Pflanzenwelt und insgesamt die Natur! Wie gut können wir das in unseren Zeltlagern erfahren. „Mach´s einfach“^[3], so lautet ein Slogan des DAV (Deutscher Alpenverein). Das heißt ja nicht primitiv sein, sondern die Reduktion auf das Wesentliche, auf das, was wir wirklich brauchen. Für mich ist die Erzählung aus der Bibel in Mk 6, 6-13 ein gutes Beispiel. Jesus sendet seine Jünger aus: sie sollen dabei kein Brot, keine Vorratstasche, kein Geld, kein zweites Hemd ... mitnehmen. Ein spannendes Experiment: Was benötige ich wirklich zum Leben? Erstaunlich wenig! Das Wesentliche wird mir geschenkt: Zuwendung und Geborgenheit. Letztlich ist es eine Vertrauensschule: es reicht wirklich! Meine Erfahrung: Gott sorgt für mich! „Mach´s einfach“ - wer sich einlässt, macht wunderbare Erfahrungen!

Ich nenne mal einige Beispiele, die mich persönlich begeistert haben:

- Auf Pilgertour zu gehen: So bin ich ohne großes Gepäck – nur das, was in meinen Rucksack passt von Mainz zu Fuß nach Santiago de Compostela gelaufen. Eine tolle Erfahrung mit ganz unterschiedlichen Menschen und Landschaften
- Auf Radtour: Unter dem Motto „Wer zur Quelle will, muss gegen den Strom schwimmen“ bin ich zwar nicht geschwommen, aber von Mainz zur Rheinquelle in die Schweizer Berg-





welt geradelt. Grandiose Landschaften im Rheintal, Bodensee, Rheinschlucht und Alpenpässen.

- Oder einfach Schlafsack und Matte zu schnappen und draußen in der Natur zu übernachten: so wie es die GCLer:innen des Zeltlagers der J-GCL Maria Ward, Mainz auf einem Hike getan haben.

Erfahrungen, die mir zeigen, dass es auch anders geht. Einfachheit, die letztlich so viel an „Mehr“ schenkt. Es ist letztlich die Erfahrung der Schönheit des Lebens, die mich Ehrfurcht vor dem Leben lehrt und so meine Haltung verändert und damit mein Verhalten:

„Mach´s einfach!“

¹ Aus: <https://www.nabu.de/umwelt-und-ressourcenschonung/kunststoffe-und-bioplastik/25216.html> vom 14.09.21, 10:21 Uhr.

² Aus: <https://albert-schweitzer-heute.de/wp-content/uploads/2017/12/DASZ-AS-wissenswert-2017.pdf> vom 20.09.21, 9:49 Uhr

³ Aus: https://www.alpenverein.de/natur/nachhaltigkeit-und-klimaschutz/machs-einfach/%23machseinfach-nachhaltig-handeln_aid_32771.html vom 20.09.21, 9:52 Uhr

+++ Termine und Veranstaltungen +++

09.-16. Oktober 2021 – international

„Our Food. Our Future.“- Aktionswoche <https://www.ci-romero.de/wir-sind-ofof/>

In dieser Zeit und darüber hinaus – deutschlandweit

(Sticker-)Aktion „Geschmacklose Zutaten“

(s. J-GCL-Beschluss „Nestlé adé“ und KriKoKo „Lieferketten“!)

<https://www.ci-romero.de/aktion-geschmacklose-zutaten/>

Aktionsseite: <https://ourfood-ourfuture.eu/foodtest/de/>

14. Oktober 2021 16:30-18:00 Uhr – online

Multiplikator*innenschulung "Online-Weltspiel" für Interessierte

<https://www.globaleslernen.de/de/aktuelles/veranstaltungen/multiplikatorinnenschulung-online-weltspiel-fuer-interessierte>

14. Oktober 2021 19:00-21:00 Uhr – online & München

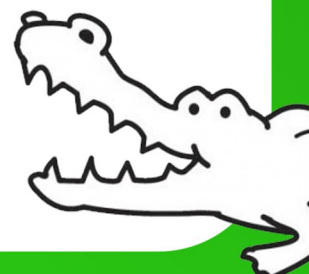
Wie viel kostet 1 kg Rindfleisch, wie viel kosten unsere Lebensmittel wirklich?

<https://www.oekom.de/veranstaltung/virtuell-und-vor-ort-wie-viel-kostet-1-kg-rindfleisch-wie-viel-kosten-unsere-lebensmittel-wirklich-1008>

18. Oktober 2021 20:00-21:30 Uhr – online

Wie wollen wir leben? Wege aus dem Wachstumswahn

<https://www.oekom.de/veranstaltung/virtuelles-event-wie-wollen-wir-leben-wege-aus-dem-wachstumswahn-1004>





19. Oktober 2021 17:00-19:00 Uhr - online

E-Mobilität und Öko-Kolonialismus

- Perspektiven aus Kupfer- und Lithium-Bergbauregionen in Chile

<https://www.globaleslernen.de/de/aktuelles/veranstaltungen/e-mobilitaet-und-oeko-kolonialismus-perspektiven-aus-kupfer-und-lithium-bergbauregionen-chile>

28. Oktober 2021 19:00 Uhr - online & Berlin

Globalisierung - die große Perspektive

<https://www.oekom.de/veranstaltung/virtuell-und-vor-ort-globalisierung-die-grosse-perspektive-729>

28. Oktober 2021 16:00-16:30 Uhr - online

Wie wollen wir leben? Wege aus dem Wachstumswahn

<https://www.oekom.de/veranstaltung/virtuelles-event-wie-wollen-wir-leben-wege-aus-dem-wachstumswahn-1011>

+++ Schick uns was für die nächste KriKoKo +++

Die nächste KriKoKo wird sich mit „Cashews“ beschäftigen. Wir freuen uns über deine Fragen oder Gastbeiträge:

krikoko@j-gcl.org

Auch wenn du Erfahrungsberichte, Fragen (z. B. was du schon immer mal wissen wolltest in Sachen Kritischer Konsum), Anregungen oder Sonstiges hast, maile uns einfach:

krikoko@j-gcl.org - Wir freuen uns.

+++ Besuch uns in den sozialen Medien +++

Schau doch mal vorbei:

<https://www.facebook.com/jgcl.krikoko/>

https://www.instagram.com/krikoko_jgcl/

+++ KriKoKo-Ausgaben zum Anhören +++

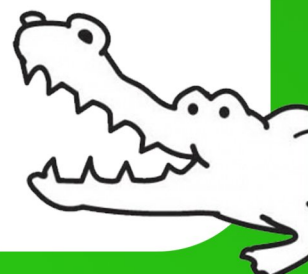
Die KriKoKo gibt es auch als Podcast auf Spotify, Youtube oder direkt auf der Homepage:

<https://open.spotify.com/show/4VqmPYOuNND8qb8fjIFgQM?si=LMseH489SA2Q7oOVi8KTQQ>

<https://www.youtube.com/channel/UCyKDdw3rOCC-4p42e2d1MLg/videos>

<https://j-gcl.org/kritischer-konsum/>

Für die Inhalte der Gastbeiträge übernimmt die Kommission „Kritischer Konsum“ keine Verantwortung.



Chefredaktion dieser „KriKoKo“:

- Franziska Roth
(GCL-MF, DV Speyer, ehrenamtliches Mitglied der Kommission Kritischer Konsum)
- Paula Stendtke
(GCL-MF, RV Region West, ehrenamtliches Mitglied der Kommission Kritischer Konsum)

unterstützt von:

- Priya George
(GCL-MF, RV Region West, ehrenamtliches Mitglied der Kommission Kritischer Konsum)
- Freya Hiemenz
(GCL-MF, RV Region West, ehrenamtliches Mitglied der Kommission Kritischer Konsum)
- Friedrich Hiemenz
(GCL-JM, RV Region West, ehrenamtliches Mitglied der Kommission Kritischer Konsum)
- Constantin Hirsch
(GCL-JM, RV Region West, ehrenamtliches Mitglied der Kommission Kritischer Konsum)
- Isabelle Paul
(GCL-MF, DV Regensburg, ehrenamtliches Mitglied der Kommission Kritischer Konsum)
- Pia Simon
(GCL-MF, RV Region West, ehrenamtliches Mitglied der Kommission Kritischer Konsum)
- 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

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 | www.j-gcl.org