

Wie nachhaltig ist die Caritas im Landkreis?

Liebe Leserinnen und Leser,

nicht erst seit „Fridays for Future“ beschäftigt sich die Öffentlichkeit mit der Frage, wie wir bewusster und nachhaltiger leben können, um uns und den künftigen Generationen eine lebenswerte Welt zu geben. Hinter dem Schlagwort der Nachhaltigkeit verbirgt sich eine wichtige Verbindung von wirtschaftlichen, ökologischen und sozialen Fragestellungen. Somit ist eine nachhaltige Lebens- und Arbeitsweise natürlich auch für uns als Caritas von großer Bedeutung.

Vor Jahren bereits hat der Caritasverband Umweltschritte entwickelt. Es werden Dienstreisen überwiegend mit öffentlichen Verkehrsmitteln angetreten oder Elektrofahrzeuge getestet und in Betrieb genommen. Seit vielen Jahren versucht die Caritas darüber hinaus, in ihren Einrichtungen den Aspekt der Nachhaltigkeit umzusetzen; sei es beim Lebensmitteleinkauf unserer Küchen, dem Papierverbrauch in der Verwaltung oder beim Einkauf bei regionalen Betrieben. Zudem arbeitet unser Caritas-Zentrum in unserem Kinderladen und unserem Gebrauchtwarenmarkt Carisma grundsätzlich nachhaltig, denn wer gut Erhaltenes weiterverwertet, der schont in mehrfacher Hinsicht Ressourcen.

Die Caritas nimmt aber auch das Spannungsfeld zwischen der Forderung nach nachhaltiger Lebensweise und einem Leben in Armut in den Blick. Denn gerade nachhaltig produzierte Produkte kosten oftmals mehr Geld, das Menschen mit Grundversicherung oder mit niedrigen Löhnen eben nicht zur Verfügung haben. In diesem Heft möchten wir Ihnen aus Sicht der Caritasarbeit Projekte und Ansätze für gute Nachhaltigkeit vorstellen. Vielleicht machen Sie ja mit oder haben auch Anregungen für uns?

Ihr Wolfgang Schweiger
Kreisgeschäftsführer



Nachhaltig leben mit der Caritas

- > Gebrauchtwarenmarkt Carisma
Sudetenstraße 49, 82538 Geretsried
- > Caritas-Kinderladen
Graslitzer Straße 13, 82538 Geretsried

Telefon: (0 81 71) 98 30-0

www.caritas-badtözl-wolfratshausen.de

Infos rund um eine nachhaltige und umweltbewusste Lebensweise

- > www.smarticular.de
Website für nachhaltiges Leben
- > www.ecoyou.de
Ökologisches Leben, Tipps und Hilfen
- > www.bund.net/bund-tipps
Tipps des Bund Naturschutz
- > www.mundraub.org
Obst und Gemüse kostenlos und legal ernten



Caritas in Coronazeiten

Die vorliegende Ausgabe war schon produziert, als am 16.03.2020 vom Land Bayern der Katastrophenfall ausgerufen wurde und die Ausbreitung des Corona-Virus massive Auswirkungen auf unser aller Alltag nahm. Dies hat nicht nur das Leben der Menschen, für die die Caritas da ist, schlagartig stark verändert, sondern auch die Caritas und ihre Mitarbeiter/-innen vor große Herausforderungen gestellt.

Menschen aus dem Landkreis sind in noch größere Not geraten, andere gerieten dadurch in eine Lebens- und Existenzkrise. Aber die Situation hat auch eine große Hilfsbereitschaft vor Ort ausgelöst, deren Kreativität, Spontaneität und Solidarität beeindruckend ist. Dafür möchte ich mich bei allen Beteiligten von ganzem Herzen bedanken. Denn hier wurde Großartiges geleistet!

Ihr Wolfgang Schweiger

Caritas im Landkreis – nachhaltig!

Nachhaltig und umweltbewusst handeln hat für die Caritas im Landkreis viele Facetten. Auf dieser Seite berichten wir über Caritasangebote, die neben der Unterstützung von Betroffenen auch die Nachhaltigkeit im Blick haben. Wir erzählen von einer Klientin der Sozialen Beratung, die auch ohne viel Geld versucht, umweltbewusst zu leben. Zwei ältere Damen berichten uns, wie sparsam und nachhaltig man früher bereits gelebt hat.

Interview

Arm und umweltbewusst – geht das? Eine Caritas-Klientin berichtet

Sonja * ist 46 Jahre alt, Klientin in der Sozialen Beratung der Caritas

„Seit 2015 bin ich schwer krank und deshalb in Hartz IV gerutscht. Ich versuche dennoch, nachhaltig und gesund zu leben. Hier am Ort gibt es eine Tafel, wo ich frische Lebensmittel bekomme. Hat die Tafel viele Kartoffeln, dann mache ich mir eine Menge Kartoffelknödel. Die friere ich auf Vorrat ein. Eier kaufe ich vom Eiermann, der hat sie von freilaufenden Hühnern.

Die sind auch nicht teurer als die vom Supermarkt.

In den Läden nutze ich alle Sonderangebote, schaue die Angebotsblätter durch, damit ich Qualität zu einem günstigen Preis kaufen kann. In vielen Geschäften kann man Payback-Punkte sammeln, diese löse ich dann wieder für einen Einkauf ein. Zum Einkaufen fahre ich mit dem Rad, wenn ich in die Stadt muss, nehme ich den Bus. Ein Auto besitze ich schon lange nicht



mehr. Das könnte ich mir gar nicht leisten. So geht es auch, und es schont die Natur.“
(*Name wurde geändert)

Tipps aus Omas Schatzkiste

Nachhaltig wirtschaften und Ressourcen sparen: „Früher“ war das für viele ganz normal. Gerade die Nachkriegsgeneration hat gelernt, aus wenig viel zu machen. Deshalb haben ältere Menschen gute Tipps parat, wie Nachhaltigkeit auch mit geringen Mitteln gelingt. So z. B. Monika Friederichs, die in der Caritas-Kontaktstelle „Alt und selbständig“ in Bad Tölz aktiv ist. „Wir haben früher noch unsere Socken gestopft. Schön, dass heutzutage wenigstens Repair-Cafés die Möglichkeit bieten, gut erhaltene Geräte zu reparieren, statt wegzuschmeißen“, sagt die 76-Jährige. Zum Thema Lebensmittel: „Aus Suppenfleisch lassen sich leckere Salate für die nächsten Tage anrichten. Was nicht gleich aufgegessen wird, friere ich ein.“ Und sie weiß: „Regional einkaufen und selber kochen ist fast immer deutlich günstiger als Fertigprodukte konsumieren.“ Auch Barbara Fubel hat Tipps parat: „Jeden Montag überlege ich mir, was ich in den kommenden Tagen essen möchte und stelle einen Wochenplan auf. Früher war das ganz normal. Auf diese Weise kaufe ich nicht zu viel ein.“ Statt pappsüße Softdrinks zu kaufen, mischt die 71-Jährige Wasser mit frischem Zitronen- oder Orangensaft. Oder: Wenn im Sommer die Tomaten reif sind: ernten und die frische Tomatensauce einfrieren.



Haben gute Tipps zum Thema Nachhaltigkeit parat: Barbara Fubel und Monika Friederichs (v.l.).



Noch mehr aus Omas Schatzkiste:

- › Auf Weichspüler verzichten und stattdessen einige Spritzer reine Zitronensäure verwenden.
- › Kein laufendes Wasser beim Zähne putzen.
- › Abgestandenes Wasser nicht wegschütten, sondern damit die Blumen gießen.
- › Wäsche lüften statt waschen.
- › Einmal kochen, dreimal essen, Tag 1: Kartoffelbrei mit Gulasch, Tag 2: fleischlose Kartoffelpflanzerl mit Salat, Tag 3: Gulaschsuppe mit Brot.

Gebrauchtwarenmarkt Carisma und Kinderladen

„Wir haben auch die Nachhaltigkeit im Blick“

Nicht alles muss neu produziert werden, um uns Konsumenten möglichst lange Freude zu bereiten. Als Beispiel seien hier der Gebrauchtwarenmarkt Carisma und der Kinderladen genannt.

Hier werden Ökologie, Nachhaltigkeit und soziales Miteinander großgeschrieben.

ben. Kompetent angeleitet und betreut organisieren sozial benachteiligte Menschen wie Langzeitarbeitslose, Erwerbsunfähigkeitsrentner sowie Ehrenamtliche die Annahme, Sortierung und den Verkauf von Sachspenden, die Dank der für Nachhaltigkeit sensibilisierten Bevölkerung zur Verfügung gestellt werden.

Seminartage der Geretsrieder Caritas-Kitas

Neues aus der Medienpädagogik und zu kindlichem Verhalten

Fachlich am Ball bleiben und sich mit aktuellen pädagogischen Entwicklungen beschäftigen: Dafür bieten die Seminartage der Caritas-Kitas den optimalen Rahmen. Zwei Tage lang informierten sich rund 50 Erzieherinnen, Kinderpflegerinnen und Praktikant/-innen der fünf Geretsrieder Caritas-Kindertageseinrichtungen über die Themen Medienpädagogik und hochsensitive Kinder. Die Seminartage sind fester Bestandteil des jährlichen Fortbildungsprogramms in den Caritas-Kitas.

Um sich mit den neuesten Entwicklungen in der Medienpädagogik vertraut zu machen, hatte die Kita-Fachdienstleitung Claudia Bart mit Günther Anfang vom JFF-Institut für Medienpädagogik und Prof. Annette Eberle von der Katholischen Stiftungshochschule (KSH) in Benediktbeuern zwei Experten eingeladen. Nach einer Einführung zum Thema „Medienkompetenz im Kindergarten“ von Günther Anfang versuchten sich die Teilnehmer/-innen selbst im Umgang mit Drehbuch, Bild- und Tonregie, Kameraführung sowie der Schauspielerei: Sie drehten mit dem Smartphone Kurzfilme zu frei gewählten Themen. Dafür hatten die Dozenten einfache und leicht erschwingliche Apps für Film und Trickfilm im Gepäck. Hilfe gab es zudem von den KSH-Studierenden Julia Pölöskei und Kevin Illing. Sie sind auch als Tutoren der KSH Medienwerkstatt im Campus Benediktbeuern tätig, die von Prof. Eberle geleitet wird.



Fallarbeit in Form der Diskussionsmethode „Fishbowl“ bereicherte die Kita-Seminartage.

„Man kann selbsttätig, kreativ und schöpferisch mit diesen Medien arbeiten. Sie ermöglichen eine schnelle und direkte Kommunikation, weshalb sie sich zum Beispiel besonders gut für die Inklusionsarbeit eignen“, sagte Prof. Eberle über das Seminarangebot.

Zweiter Themenschwerpunkt war Hochsensitivität von Kindern. Claudia Bart eröffnete den Seminartag mit dem praxisbezogenen Thema „Welches Verhalten ist in den Kitas zu beobachten und wie arbei-

ten wir damit?“. Ein weiterer Schwerpunkt des Tages bildete der Vortrag der Kolleginnen der ökumenischen Erziehungsberatungsstelle, Eva Burchard und Eva Dietl, zum Thema hochsensitive Kinder. Ebenfalls von der ökumenischen Erziehungsberatungsstelle kamen David Loetzner und Claudia Gebbert zur fachlichen Unterstützung in die Seminargruppen. Sie unterstützten im Fishbowl durch konkrete Hilfestellungen für die Kita-Fachkräfte und boten ihnen die Möglichkeit, Fragen zu stellen.



Günther Anfang vom JFF-Institut für Medienpädagogik informierte die Kita-Fachkräfte über Medienkompetenz im Kindergarten.



Fachdienstleitung Claudia Bart (l.) hatte mit Günther Anfang vom JFF-Institut für Medienpädagogik und Prof. Annette Eberle von der Katholischen Stiftungshochschule (KSH) zwei Experten zum Thema Medienpädagogik eingeladen.



Mit ihrem Vortrag „Hochsensitivität von Kindern“ gaben Eva Burchard (links am Tisch) und Eva Dietl (rechts daneben) von der ökumenischen Erziehungsberatungsstelle wertvollen Input für die Seminartage.



Caritas-Zentrum Bad Tölz-Wolfratshausen

Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-0

www.caritas-badtölz-wolfratshausen.de

Für Kinder, Jugendliche und Familien

Kindertageseinrichtung Arche Noah
Graslitzer Straße 15 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-70

Kindertageseinrichtung Die Buntstifte
Adalbert-Stifter-Straße 56
82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 5 23 58

Kindertageseinrichtung Steiner Ring
Steiner Ring 83 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 3 14 49

Kindertageseinrichtung St. Benedikt
Leitenstraße 4 · 82538 Geretsried-Gelting
Telefon: (0 81 71) 174 64

Haus für Kinder
Isardamm 14 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 3 85 20 00

Ökumenische Beratungsstelle für Eltern,
Kinder und Jugendliche
Klosterweg 2 · 83646 Bad Tölz
Telefon: (0 80 41) 7 93 16-130

- Begleiteter Umgang
- Gerichtsnahe Beratung
- Schreibaby-Ambulanz

Ambulante Erziehungshilfen
Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-66

- Hilfen zur Erziehung

Gebrauchtwaren

Carisma Gebrauchtwarenmarkt
Sudetenstraße 49 · 82538 Geretsried
Telefon: 01 51 / 42 14 85 58
Mo. - Fr. 9 - 17 Uhr

Kinderladen
Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-59
Mo., Di., Mi., Fr. 9 - 12 Uhr / Do. 13 - 16 Uhr

Leben im Alter

Ambulante Pflege und Betreuung
Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-10

Nachbarschaftshilfe „Ich für Dich“
Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-15

Kontaktstelle Alt und Selbständig
Klosterweg 2 · 83646 Bad Tölz
Telefon: (0 80 41) 7 93 16-103

- Fachstelle Pflegende Angehörige
- Haushaltsnahe Dienste
- Seniorenbegegnung

Caritas-Altenheim St. Hedwig
Adalbert-Stifter-Str. 56 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 3 86 18-0

Soziale Dienste

Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-35

- Soziale Beratung

Klosterweg 2 · 83646 Bad Tölz
Telefon: (0 80 41) 7 93 16-120

- Ehrenamtskoordination Asyl
- Gemeindec Caritas

- Wohnungslosenhilfe

Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-22

Klosterweg 2 · 83646 Bad Tölz
Telefon: (0 80 41) 7 93 16-120

Obermarkt 7 · 82515 Wolfratshausen
Telefon: (0 81 71) 2 98 59

Haus Sankt Jakobus
Salzstraße 29 · 83646 Bad Tölz
Telefon: (0 80 41) 7 05 56
Einlass: täglich von 18 - 20 Uhr

- Schuldnerberatung und -prävention

Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-33

Klosterweg 2 · 83646 Bad Tölz
Telefon: (0 80 41) 7 93 16-123

Obermarkt 7 · 82515 Wolfratshausen
Telefon: (0 81 71) 2 98 59

An allen drei Standorten finden
Sie folgende Angebote:

- Schuldnerberatung
- Verbraucherinsolvenzberatung
- Schuldenprävention

Psychische Gesundheit

Sozialpsychiatrischer Dienst
Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-50

Klosterweg 2 · 83646 Bad Tölz
Telefon: (0 80 41) 7 93 16-150

- Gerontopsychiatrische Beratung
- Therapeutische Wohngemeinschaft
- Betreutes Einzelwohnen

Tagesstätte „Ausblick“ für Menschen
mit psychischer Erkrankung
Sudetenstraße 51 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 90 94 15

Krisendienst Psychiatrie Oberbayern
Telefon: 0180 / 655 3000
(täglich von 0 - 24 Uhr)

Suchtberatung und Prävention

Fachambulanz für Suchtkranke
Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-40

Fachambulanz für Suchtkranke
Klosterweg 2 · 83646 Bad Tölz
Telefon: (0 80 41) 7 93 16-140

- Jugendsuchtprävention
- Substitutionsambulanz
- MPU-Kurse
- Ambulante Rehabilitation
- Betreutes Einzelwohnen