

Einleitung 4

Führerschein: Saubere Umwelt **Klasse A**

Laufzettel 5
1 Immer sauber – aber nicht auf Kosten der Umwelt 6
2 Einkaufen mit Köpfchen 9
3 Die umweltfreundliche Schultasche 12
4 Müll vermeiden – Müll trennen – Müll verwerten 14
5 Energiesparen in der Schule 18
6 Der tägliche Schulweg: sicher, gesund, nachhaltig 22
Führerscheinprüfung A 25

Führerschein: Saubere Umwelt **Klasse B**

Laufzettel 28
1 Hausputz ohne Gift 29
2 Gesund – regional – fair 32
3 Sanfte Wandertage und Klassenfahrten 34
4 Plastic Planet 37
5 Klimaschutz im Haushalt 41
6 Das große Umsteigen 44
Führerscheinprüfung B 47

Führerschein: Saubere Umwelt **Klasse C**

Laufzettel 51
1 Die große Wäsche 52
2 Die Geheimsprache der Lebensmittel 55
3 Unsere Schule ist grün! 58
4 Gesundes Wohnen 61
5 Den Stromfressern auf der Spur 64
6 Das umweltfreundliche Verkehrskonzept 67
Führerscheinprüfung C 70

Quellenverzeichnis 75

Zusatzmaterial



- Arbeitsblätter im editierbaren Word-Format
- Lösungen als PDF und im editierbaren Word-Format
- Übersichtsbogen für Lehrer
- Führerscheinprüfung im editierbaren Word-Format
- Zertifikate als PDF

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

die Thematik „Saubere Umwelt“ betrifft in hohem Maße auch den Alltag der Jugendlichen. Sie wollen sich jeden Tag trendgerecht kleiden, sich in einem glänzenden Badezimmer zurechtmachen, sich im Supermarkt mit den neuesten Produkten eindecken, zu Hause natürlich immer eine leckere Mahlzeit auf dem Tisch haben – und nicht zuletzt tolle Freizeitaktivitäten erleben.

Dass die Erfüllung dieser und vieler weiterer Wünsche nicht ohne Auswirkungen auf die Umwelt bleibt, sollte den Heranwachsenden bewusst sein. Eine Auseinandersetzung mit umweltgerechtem Verhalten im Alltag ist deshalb notwendig. Auch in der Schule muss der Umweltschutz ernst genommen werden. Dies gilt sowohl für das Schulgebäude selbst als auch für die Planung von Unternehmungen, Veranstaltungen und Regeln im Schulalltag.

In der vorliegenden Publikation werden grundlegende Umweltfragen mit dem Erwerb eines Führerscheins verknüpft. Es dürfte der Motivation Ihrer Schüler guttun und ihren Arbeitseifer beflügeln, wenn sie sich ihren Zuwachs an Kompetenz und Wissen mit einem solchen Zertifikat belohnen lassen. Schließlich ist der Führerschein einer der biografischen Fixpunkte in der Lebensplanung junger Leute.

Um den differenzierten Möglichkeiten Ihrer Schüler gerecht zu werden, werden die Führerscheine in den Klassen A, B und C angeboten – eine Abstufung, die unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden und Anspruchsniveaus entspricht:

- A = leicht
- B = mittlerer Schwierigkeitsgrad
- C = schwer

Auf jeder Anforderungsebene werden ähnliche Themen abgehandelt. Nach Beendigung eines Durchgangs legen Ihre Schüler dann jeweils eine entsprechende Prüfung ab. Dieses abgestufte Verfahren kommt der Arbeit mit heterogen zusammengesetzten Klassen und damit den Anforderungen eines inklusiven Lernens entgegen: Wer hier schneller vorankommt, kann es bis zum Führerschein C bringen. Wer sich aber mehr Zeit lassen möchte oder muss, wird auch mit dem Führerschein A oder B zufrieden sein.

Ich wünsche Ihnen, dass Ihre Schüler dem Thema „Saubere Umwelt“ manche spannenden, überraschenden und auch witzigen Einsichten abgewinnen können.

Jonas Lanig

Laufzettel	erledigt →
1 Immer sauber – aber nicht auf Kosten der Umwelt	<input type="checkbox"/>
2 Einkaufen mit Köpfchen	<input type="checkbox"/>
3 Die umweltfreundliche Schultasche	<input type="checkbox"/>
4 Müll vermeiden – Müll trennen – Müll verwerten	<input type="checkbox"/>
5 Energiesparen in der Schule	<input type="checkbox"/>
6 Der tägliche Schulweg: sicher, gesund, nachhaltig	<input type="checkbox"/>
Führerscheinprüfung A	<input type="checkbox"/>

VORSCHAU



1 | Immer sauber – aber nicht auf Kosten der Umwelt (1)

In der Geschichte vom „Struwwelpeter“ wird von einem Jungen berichtet, der sich nichts aus der täglichen Körperpflege macht: Er lässt seine Haare wachsen, schneidet sich nicht die Fingernägel und wäscht sich äußerst ungern. Am Schluss ändert der Struwwelpeter sein Verhalten. Dass man bei der täglichen Körperpflege aber auch Rücksicht auf die Umwelt nehmen sollte – davon ist in dieser Geschichte nicht die Rede. Wir aber wissen heute, dass regelmäßige Hygiene nicht nur dem eigenen Wohlbefinden guttut, sondern dass man dabei auch etwas für die Umwelt tun kann.

Wasser ist Leben

Das Wasser ist unser wichtigster Rohstoff. Denn ohne Wasser wäre auf unserem Planeten kein Leben möglich. Umso wichtiger sollte uns sein, dass wir mit diesem kostbaren Gut möglichst sorgsam umgehen. Der Durchschnittsdeutsche verbraucht jeden Tag 130 Liter Wasser. Wenn wir eines Tages nicht auf dem Trockenen sitzen wollen, müssen wir diese Menge reduzieren. Es kommt darauf an, das knappe Wasser möglichst intelligent einzusetzen und es nicht gedankenlos durch den Abfluss zu jagen.

- 1** Der Wasserverbrauch in den privaten Haushalten verteilt sich auf unterschiedliche Tätigkeiten. Dazu gehört die Wäsche ebenso wie das Blumen gießen oder das Zähneputzen. Sortiere die folgenden Anwendungen so, wie es ihrem Anteil am Wasserbrauch privater Haushalte entspricht. Die Tätigkeit, die am meisten Wasser verbraucht, erhält die Platzziffer 1.



Platzierung	Anwendung
	Pflege des Autos
	Baden und Duschen
	Gartenarbeit
	Geschirrspülen
	Händewaschen und Zähneputzen
	Trinken und Kochen
	Toilettenspülung
	Wäschewaschen

1 | Immer sauber – aber nicht auf Kosten der Umwelt (2)

Tatort Badezimmer

Psychologen haben herausgefunden, dass wir uns im Badezimmer besonders gelöst und entspannt fühlen. Deshalb fangen hier manche spontan zu singen an. Das hat offensichtlich mit der hohen Luftfeuchtigkeit zu tun, die in diesem Rückzugsraum moderner Menschen herrscht. Wenn wir uns bei der täglichen Körperpflege dann auch noch umweltgerecht verhalten, verbindet sich die gute Stimmung mit einem guten Gewissen. Dazu ist keine aufwändige Umrüstung notwendig. Oft genügt schon der Verzicht auf bestimmte Gewohnheiten, um den Wasserverbrauch zu senken und so etwas für die Umwelt zu tun.

- 2** Im folgenden Text kannst du jeweils zwischen drei unterschiedlichen Aussagen wählen. Unterstreiche die Formulierung, die den Anforderungen einer umweltgerechten Körperpflege am ehesten entspricht.

Wer die Umwelt schont, muss deshalb nicht auf regelmäßige Hygiene verzichten. Es muss aber nicht das *monatliche/wöchentliche/tägliche* Vollbad sein, um sauber und erfrischt in den Tag zu starten. *Eine warme Dusche/eine Viertelstunde Gymnastik/ein ausgedehnter Spaziergang* erfüllt den gleichen Zweck. Nur, dass du damit die verbrauchte Wassermenge *ganz einsparen/halbieren/vermindern* kannst. Außerdem solltest du das Wasser *beim Einseifen/beim Haarewaschen/beim Untertauchen* nicht laufen lassen. Diesen Tipp zum Wassersparen solltest du auch beim Händewaschen befolgen. Außerdem solltest du hier den Wasserhahn nicht bis zum *Anschlag/Durchschlag/Überschlag* nach oben drücken. Denn so viel Wasser wird zum Händewaschen nicht benötigt. Schließlich solltest du dir den Mund nach dem Zähneputzen nicht unter laufendem Wasser ausspülen, sondern *eine eigene Bürste/ein eigenes Glas/eine eigene Zahnpasta* benutzen. Beim Zähneputzen solltest du das Wasser nicht laufen lassen. Hast du übrigens gewusst, dass eine Zahnpasta über 100 Chemikalien enthält? Du solltest dich deshalb lieber für ein Produkt aus *dem Drogeriemarkt/dem Onlinehandel/dem Reformhaus* entscheiden – weil das mit erheblich weniger Chemie auskommt. Ebenso solltest du auf ein Deo-Spray aus *Glas/Kunststoff/Metall* verzichten, weil das darin enthaltene Aluminium deine Haut reizen könnte. Außerdem solltest du versuchen, auf Kosmetika zu verzichten, für deren Entwicklung *Tiertransporte/Tierversuche/Tierzüchtungen* notwendig waren. Denn du wirst es nicht verantworten wollen, dass diese armen Geschöpfe für deine Schönheit leiden mussten. So wird die tägliche Körperpflege zu einem Praxistest umweltgerechten Verhaltens.

Das stille Örtchen

Bei genauem Hinsehen entpuppt sich die Toilette als Tatort zahlreicher Umweltsünden. So lässt jeder Deutsche am Tag 35 Liter besten Trinkwassers durch die WC-Spülung verschwinden. Das ist die zehnfache Menge dessen, was wir zum Trinken und Kochen verbrauchen. Auch auf dem stillen Örtchen kommt es deshalb auf ein umweltgerechtes Verhalten an.



2 | Einkaufen mit Köpfchen (2)

Vorschläge für einen umweltfreundlichen Einkauf	Tippsgeber/in
3. Du solltest nie mit leerem Magen zum Einkaufen gehen. Sonst lässt du dich nämlich vom Hunger leiten.	
4. In jedem Fall solltest du vorher eine Einkaufsliste anlegen, damit du nur das kaufst, was du wirklich brauchst.	
5. Wenn auf deiner Einkaufsliste nicht viel steht, sollte dir ein kleiner Tragekorb reichen. Ein großer Einkaufswagen verleitet dazu, überflüssige Dinge zu kaufen.	
6. Vorsicht vor Sonderangeboten! Sie locken mit scheinbar kleinen Preisen. Und oft kannst du mit den Produkten vielleicht gar nichts anfangen.	
7. Entscheide dich für frische Lebensmittel, statt für Dosen- oder Tiefkühlprodukte. Denke daran, mit welchem Aufwand diese hergestellt werden.	
8. Du solltest beim Kauf von Fleischprodukten äußerst zurückhaltend sein. Denn in der Fleischproduktion wird mehr Energie verbraucht, werden aber auch mehr Abgase freigesetzt als in der Pflanzenproduktion. Oft lässt sich Fleisch durch pflanzliche Lebensmittel ersetzen.	
9. Großpackungen sind immer eine heikle Sache. Du wirst dazu verleitet, mehr zu kaufen, als du für dich und deine Familie wirklich brauchst.	
10. Schau dir das Mindesthaltbarkeitsdatum immer ganz genau an! Daran lässt sich ablesen, wie lange du ein Produkt noch guten Gewissens verzehren kannst. Auch nach Ablauf dieses Datums kann es noch gut sein!	
11. Auf Einwegflaschen solltest du ganz verzichten und dich stattdessen lieber für Mehrwegverpackungen entscheiden.	

Einkaufsfalle Supermarkt

Wir wollen nur so viel einkaufen, wie wir später auch wirklich verbrauchen. Das nehmen wir uns jedes Mal vor, wenn wir einen Supermarkt betreten. Denn wir wollen keine Lebensmittel wegwerfen und damit das Klima belasten. Aber die Betreiber von Supermärkten verfolgen eigene Interessen. Deshalb haben sie sich zahlreiche Tricks einfallen lassen, um uns zu sinnlosen Einkäufen anzustiften. So erleben wir fast jeden Supermarkt als ein ausgeklügeltes System von Kaufanreizen, die aber nur den wenigsten von uns bewusst sind. Und deshalb werden wir unseren guten Vorsätzen bald wieder untreu.

3 | Die umweltfreundliche Schultasche (1)

Die Städte und Gemeinden investieren viel, um die Schulen möglichst umweltgerecht zu gestalten. Darüber wird aber oft vergessen, dass auch jeder Einzelne zu einem besseren Umweltschutz beitragen kann – gerade in der Schule. Hier solltest auch du dich nicht darauf verlassen, dass auf dem Dach Solarzellen montiert und im Keller neue Heizkessel eingebaut werden. Beim Kauf von Schulmaterialien, beim Essen in der Schulmensa, beim Umgang mit dem anfallenden Müll kannst auch du beweisen, was dir die Umwelt wert ist.

Langlebig und schadstoffarm

Auch bei der Anschaffung von Schulmaterialien gilt: Falsche Kaufentscheidungen können die Umwelt belasten. Aus Umweltgründen ist nämlich nicht das billigste, sondern das langlebigste Produkt die beste Lösung.

Denn so werden weniger Rohstoffe verbraucht und es fällt weniger Müll an. So werden z. B. Malkästen angeboten, die zwar sehr günstig sind, bei denen sich aber keine Farbnäpfe austauschen und nachkaufen lassen. Wenn eine einzige Farbe aufgebraucht ist, ist deshalb der ganze Malkasten unbrauchbar. Dieses Beispiel zeigt: Auf lange Sicht rechnen sich langlebige Produkte eben doch – nicht nur für die Umwelt, sondern auch für den Geldbeutel.



3 | Die umweltfreundliche Schultasche (2)

- 1** Im folgenden Text über die umweltverträgliche Schultasche werden dir jeweils drei Alternativen angeboten, von denen nur eine zutrifft. Unterstreiche jeweils die richtige Formulierung und notiere dir den dazugehörigen Buchstaben. Die einzelnen Buchstaben ergeben nacheinander gelesen ein bekanntes Umweltsiegel. Produkte, die dieses Zeichen tragen, kannst du bedenkenlos kaufen.



Viele Eltern gehen mit ihren Kindern zu Beginn des Schuljahres auf Einkaufstour. Die dürfen sich hier mit den großen und kleinen Dingen eindecken, die sie durch den Schulalltag begleiten. Im Rahmen einer solchen Einkaufstour sollte Wert auf umweltverträgliche Produkte gelegt werden. Das beginnt mit der Schultasche: Sie sollte nicht mehr als *ein Drittel des Körpergewichts (Z)* ein *Fünftel des Körpergewichts (A)* ein *Zehntel des Körpergewichts (B)* wiegen. In jede Schultasche gehört ein Federmäppchen. Du solltest dich hier für ein Mäppchen aus *Leder oder Stoff (L)* *Leder oder Plastik (M)* *Plastik oder Stoff (N)* entscheiden, denn hier ist eine lange Lebensdauer garantiert. Den besten Schutz für die Gesundheit der Schüler bieten *ungehobelte (Z)* *unlackierte (A)* *ungespitzte (B)* Bleistifte, weil hier das Bleistiftkauen zu keinen Schäden führt. Um nicht den ganzen Malkasten austauschen zu müssen, empfiehlt sich ein Produkt mit auswechselbaren *Farbtuben (T)* *Farbnäpfen (U)* *Farbklecksen (V)*. Zum Schreiben eignen sich Füllfederhalter besser als billige Kugelschreiber, denn solche *Schmierstifte (D)* *Einwegprodukte (E)* *Werbeartikel (F)* haben nur eine geringe Lebensdauer und landen schon nach kurzer Zeit auf dem Müll. Auf *Tintentöter (P)* *Tintenmörder (Q)* *Tintenkiller (R)* solltest du ganz verzichten, denn ihr Inhalt ist giftig und dürfte sich ebenfalls bald in der nächsten Mülltonne wiederfinden. Im Unterricht und bei den Hausaufgaben solltest du nur Hefte und Blöcke aus *Bio-Papier (C)* *Fairtrade-Papier (D)* *Recycling-Papier (E)* verwenden. Wenn du mit einem Anspitzer arbeitest, sollte dieser aus *Plastik (M)* *Metall (N)* *Porzellan (O)* sein. Wenn dein Kleber auf der Flasche als *feuergefährlich (G)* *wasserdicht (H)* *tropentauglich (I)* ausgewiesen ist, bedeutet das, dass er Lösungsmittel enthält. Und das wäre deiner Gesundheit bestimmt nicht zuträglich. Du solltest dich immer für einen Taschenrechner entscheiden, der mit *Batterien (D)* *Solarenergie (E)* *Knopfzellen (F)* betrieben wird. Denn davon gibt es auch in Zukunft genug. Du solltest dein Frühstücksbrot besser in einer Brotdose als in einem Frischhaltebeutel transportieren, weil dieser nach Gebrauch wegwerfen wird. Außerdem solltest du in deiner Schultasche immer eine Trinkflasche mitführen, die *bunt (J)* *unauffällig (K)* *nachfüllbar (L)* sein sollte. Schließlich kannst du so vermeiden, deinen Durst aus Einwegflaschen zu stillen.

4 | Müll vermeiden – Müll trennen – Müll verwerten (2)

1 Du bist in einem Supermarkt unterwegs und hast zwölf Artikel auf deiner Einkaufsliste stehen. In welcher Form kann hier viel überflüssiger Müll anfallen? Notiere solche Beispiele in der Mitte. Und was solltest du tun, um solche Abfallsünden zu vermeiden? Trage deine Vorschläge jeweils auf der rechten Seite ein.

Das steht auf deinem Einkaufszettel	So fällt unnötiger Müll an	So kannst du Müll vermeiden
Äpfel		
Tee		
Senf		
Kaffeesahne		
Reis		
Salami		
Mischbrot		
Cola		
Deo-Spray		
Weichspüler		
Taschenlampe		
Feuerzeug		

FÜHRERSCHEINPRÜFUNG B

(Blatt 1)

1 Im Rahmen des Trainings hast du dich mit einigen neuen Begriffen anfreunden können. Inzwischen solltest du wissen,

6

- was das Besondere an *Fairtrade-Produkten* ist.

.....

- was es in einem *Hofladen* zu kaufen gibt.

.....

- wie es zur Entstehung eines *Müllstrudels* kommt.

.....

- was über die *Nahrungskette* transportiert wird.

.....

- was man unter *Sanftem Tourismus* versteht.

.....

- weshalb *Weichmacher* so schädlich sind.

.....

2 Welche der folgenden Reinigungsmittel sind mechanische Putzhilfen? Kreuze sie an.

5

Spülschwamm

Spiritus

Allzweckreiniger

Abzieher

Schaber

Schmierseife

Saugglocke

Kehrschaufel

3 Wie wird ein Allzweckreiniger auch noch genannt?

1

Innenreiniger

Totalreiniger

Globalreiniger

Neutralreiniger

4 Nenne vier Produkte, die im Fairen Handel zu haben sind – und erläutere, was (unter anderem) die Menschen und die Umwelt davon haben.

4

①

②

③

④

5 Was könnt ihr tun, damit eure Klassenfahrt den Grundsätzen des Sanften Tourismus entspricht? Nenne für jedes Stichwort ein Beispiel.

5

① Reiseziel

.....

② Verkehrsmittel

.....

③ Unterkunft

.....

④ Verpflegung

.....

⑤ Aktivitäten

.....

6 Nenne drei Gründe, warum der Urlaub in einem Ferienclub in der Dominikanischen Republik nichts mit Sanftem Tourismus zu tun hat.

3

①

②

③

7 Beantworte die folgenden Fragen.

5

① Warum ist Plastik auf der ganzen Welt als Material so beliebt?

.....

② Wie kannst du beim Einkaufen die umweltschädlichen Plastiktüten vermeiden?

.....

③ Wie kannst du verhindern, dass sich im Mülleimer eurer Familie die leeren Joghurt-Becher stapeln?

.....

④ Wie bleibt dir das lästige Herumschleppen von Mineralwasser in Plastikflaschen erspart?

.....

⑤ Duschgel, Waschmittel, WC-Reiniger – was kannst du anstellen, um dafür nicht dauernd neue Plastikflaschen kaufen zu müssen?

.....

2 | Die Geheimsprache der Lebensmittel (3)

2 In den linken Kästchen stehen Bezeichnungen, wie man sie in der Fernsehwerbung oder im Kühlregal findet. Den rechten Kästchen ist jeweils zu entnehmen, was es damit tatsächlich auf sich hat. Welche Kästchen gehören zusammen, bilden also die Vorder- und die Rückseite eines Produkts ab? Verbinde jeweils, was zusammengehört.

Der „Original Schwarzwälder Schinken“ kommt aus dem Atlantik und ist eigentlich ein Dorsch. Dorsche aber werden oft mit fragwürdigen Fangmethoden aus dem Meer gefischt.
Der „Fruchtjoghurt ohne künstliche Farbstoffe“ stammt in der Regel aus Fleischabfällen, die in eine neue Form gebracht wurden. Und es besteht die Gefahr, dass hier auch Gammelfleisch verwendet wird.
Der „Shrimps-Salat“ aus dem Becher sind vielleicht in einem Labor produziert worden – zum Beispiel aus Sägespänen. Und das wäre kein Beitrag zu einer gesunden Ernährung.
Der „Kunstkäse“, der sich in vielen Fertiggerichten befindet, kann viele künstliche Aromen, aber keine einzige Frucht enthalten. Wer sich vitaminreich ernähren möchte, hat hier das Nachsehen.
Die „Light Kartoffelchips“ enthält über 20 % Zucker, die in den Trockenfrüchten und im Milchpulver verborgen sind. Und dass Zucker nicht gesund ist, hat sich inzwischen wohl herumgesprochen.
Eine Dosensuppe, die „frei von Geschmacksverstärkern“ ist, wird in überwiegend aus pflanzlichem Fett hergestellt – und eben nicht aus Milch. Der bäuerlichen Milchwirtschaft ist damit nicht geholfen.
Die „Lammsalami nach mediterraner Art“ kann irgendwo in Europa hergestellt worden sein. Deshalb hat er oft ganz lange Transportwege hinter sich.
Das „Früchtemüsli ohne Zuckerzusatz“ kann seine Farbe dem Zusatz von Rote-Bete-Saft verdanken. Der Fruchtanteil kann also sehr gering sein.
Der „Alaska-Seelachs“ kann unter Verwendung von Alkohol hergestellt worden sein. Und Alkohol ist bestimmt kein Beitrag zu einer gesunden Lebensweise.
Der „gesunde Erdbeer-Drink“ kann einen Hefeextrakt und damit das Zusatzprodukt Glutamat enthalten. Und zu viel Glutamat kann unseren Körper schädigen.
Die „naturidentischen Aromen“ in der Marmelade hat kaum etwas mit dem Tier gemeinsam, das diesem Produkt den Namen gab. Dabei wäre es wichtig, dass dieser Zweig der Fleischproduktion gestärkt wird.
Das „Hähnchenbrustfilet, zusammengefügt“ sind mit 495 Kalorien immer noch ein ausgemachter Dickmacher. Und solche Dickmacher tun unserem Körper nicht gut.

4 | Gesundes Wohnen (1)

„Man kann mit einer Wohnung einen Menschen genauso töten wie mit einer Axt.“ Dieser viel zitierte Satz stammt von dem Berliner Maler, Fotografen und Karikaturisten Heinrich Zille (1858–1929). Zille wollte damit auf die viel zu engen und viel zu dunklen Wohnungen erinnern, in denen die Arbeiterfamilien seiner Zeit ihr Leben fristeten. So beengt und dunkel wie vor 100 Jahren muss heute niemand in Deutschland mehr wohnen. Und trotzdem bergen viele Wohnungen Gefahren für Leib und Leben. Das hat vor allem mit den Materialien zu tun, die beim Bau der Wohnungen verwendet wurden. So leiden viele Menschen unter Hautreizungen, Atemnot oder Schlaflosigkeit, weil ihr Körper die verwendeten Baustoffe nicht verträgt oder ihnen ein ungesundes Raumklima zusetzt.

Das perfekte Jugendzimmer

Jüngere Menschen bewegen sich mehr als ältere. Das gilt für den Aufenthalt im Freien, aber auch für das Leben in geschlossenen Räumen. Außerdem ist bei ihnen der *Grundumsatz* größer, also die Energiemenge, die für das Funktionieren des Stoffwechsels benötigt wird. Wer aber aktiver ist, ist Belastungen in der Raumluft stärker ausgesetzt als andere. So haben Forscher festgestellt, dass junge Menschen zehnmal so viele Schadstoffe aufnehmen wie ihre Eltern oder Großeltern. Wie alle jungen Leute bist also auch du durch ungesunde Wohnverhältnisse besonders belastet. Deshalb solltest du bei der Ausstattung und Einrichtung deines Zimmers darauf achten, dass umweltverträgliche Materialien verwendet werden und dass keine Schadstoffe austreten.

- 1** In der linken Spalte findest du unterschiedliche Empfehlungen für eine gesunde Ausstattung deines Zimmers. Trage jeweils in der rechten Spalte ein, weshalb sich so die Wohnqualität verbessern lässt.

Worauf du bei der Einrichtung deines Jugendzimmers achten solltest:	Warum das für ein gesundes Wohnen so wichtig ist:
Du solltest dich nicht für einen Kunststoffboden, sondern für einen Boden aus Holz oder Kork entscheiden.	
Lose Teppiche sind für deine Gesundheit besser als jeder Teppichboden.	
Mit einem weichen Bodenbelag hast du weniger Probleme als mit einem Boden aus hartem Material.	
Für die Wände und die Decke solltest du keine Anstriche aus Kunstharz oder Lacke verwenden.	