

# Abschminkpads



## TEIL 4: ANHANG

# Anleitungen Abschminkpads



### UTENSILIEN

- ☐ 1 altes Handtuch
- ☐ 1 altes T-Shirt oder anderen Baumwollstoff
- ☐ 1 Tasse oder Becher als runde Schablone
- ☐ 1 Stift
- ☐ 1 Nadel & Faden
- ☐ 1 Schere

### SCHRITT FÜR SCHRITT ANLEITUNG

- 1.** Stelle die Tasse oder den Becher auf das Handtuch. Benutze die Tasse oder den Becher als runde Schablone und zeichne mit dem Stift einen Kreis darum.
- 2.** Schneide das runde Stück Handtuch aus.
- 3.** Benutze die Tasse oder den Becher nun auch auf dem T-Shirt als Schablone. Schneide auch hier das runde Stück Stoff aus.
- 4.** Die beiden Kreise kannst du nun mit Nadel und Faden zusammennähen. Du kannst eine einfache Zick-Zack-Naht machen.
- 5.** Falls noch Ränder hinter der Naht überstehen, kannst du diese vorsichtig abschneiden. Und fertig!



### TIPPS

- » Die Handtuchseite kannst du super für Peelings benutzen, die T-Shirt-Seite eignet sich gut um Augen-Make-Up zu entfernen.
- » Aus dem übrigen Stoff kannst du weitere Pads machen. So hast du genug zum Wechseln oder kannst auch welche verschenken.
- » Die Pads kannst du regelmäßig bei 60 Grad waschen.

# Badesalz



## TEIL 4: ANHANG

# Anleitungen Badesalz



### ZUTATEN für 5 kleine Gläser:

- ☐ 500 g Meersalz oder spezielles Badesalz aus der Apotheke
- ☐ getrocknete Blüten-/Blätter oder Gewürze (z. B. Lavendel, Rosmarin, Thymian ...)
- ☐ Ätherische Öle (z. B. Lavendel, Eukalyptus, Zitrone ...)

### UTENSILIEN

- ☐ 5 Gläser mit Deckel (z. B. alte, gereinigte Marmeladengläser)
- ☐ Löffel oder Holzstäbchen zum Vermischen
- ☐ Verpackungsmaterialien (z. B. Schleifen, Band, Kärtchen zur Beschriftung, Stifte, ...)

### SCHRITT FÜR SCHRITT ANLEITUNG

- 1.** Fülle das Salz in ein sauberes und trockenes Glas deiner Wahl. Alte Marmeladengläser sind sehr gut geeignet. Wichtig ist, dass du das Glas richtig gut verschließen kannst und keine Feuchtigkeit in das Glas gelangt. Sonst würde das Salz verklumpen.
- 2.** Wenn du das möchtest, kannst du nun etwas ätherisches Öl hinzufügen. In ein kleines Glas nicht mehr als 5 Tropfen. Welches Öl oder welche Öle du verwendest, hängt dabei ganz von deinem Geschmack ab. Achte auf naturreine ätherische Öle. Lavendel wirkt zum Beispiel eher beruhigend, Zitrusdüfte schenken Energie, Eukalyptus unterstützt bei Erkältungen.
- 3.** Jetzt rührst du mit einem kleinen Löffel, einer Gabel oder einen Holzstäbchen vorsichtig um, sodass sich das Öl verteilen kann.
- 4.** Nimm nun deine getrockneten Blüten oder Gewürze und beginne damit, sie nach Belieben zu kombinieren.
- 5.** Füge deine Kreation einfach dem Salz hinzu und verteile alles gleichmäßig - et voilà!
- 6.** Jetzt kannst du das Glas mit dem selbst gemachten Badesalz luftdicht verschließen und hübsch verpacken.

#### Optional: Als Peeling oder Badeöl aufpeppen

Wenn ihr möchtet, könnt ihr zu dem Salz zu Hause etwas Öl, z. B. Oliven- oder Sonnenblumenöl, hinzufügen und die Salzmischung unter der Dusche als Peeling oder pflegendes Badeöl benutzen.

# Deo selbst herstellen



## TEIL 4: ANHANG

# Anleitungen Deo

Willst du Deo selber machen, brauchst du nur ein wenig Geduld und Experimentierfreude. Es kann ein paar Versuche brauchen, bis du die für dich richtige Mischung und Konsistenz herausfindest. Wir haben dir im Folgenden ein Rezept zusammengestellt, das auf jeden Fall erprobt und für gut befunden wurde!

### ZUTATEN

- ☐ 25 g Natron
- ☐ 15 g Kokosöl
- ☐ 10 g Mais- oder Kartoffelstärke
- ☐ 5 g Beerenwachs (optional)
- ☐ 10 Tropfen ätherisches Öl (Achtung: Nicht zu viel!)

### UTENSILIEN

- ☐ Kleines Glasgefäß mit Schraubdeckel

### SCHRITT FÜR SCHRITT ANLEITUNG

1. Das Natron kann optional im Mörser noch feinkörniger gemacht werden.
2. Das Öl im Topf leicht erhitzen bis es schmilzt. Achtung: Bitte nicht zum Kochen bringen. Die Herdplatte kann dann ausgeschaltet werden.
3. Alle weiteren Zutaten hinzufügen und gründlich verrühren.
4. In ein geeignetes Gefäß abfüllen, abkühlen lassen und fertig!

### HINWEISE



**Bio-Kokosfett** schmilzt erst bei höheren Temperaturen. Wenn du das Deo im Kühlschrank aufbewahrst oder zumindest nicht an einen Ort, der über 20°C warm ist, ist es fest. In der Achsel wird es aber nahezu flüssig und lässt sich gut verteilen. Nebenbei pflegt es auch noch.



**Ätherische Öle** sorgen nicht nur für einen guten Geruch. Öle wie etwa Lavendel-, Limetten- oder Salbei-Öl wirken desinfizierend und können das Schwitzen mindern. Teebaumöl kann das Deo zusätzlich länger haltbar machen. Ätherische Öle sollten jedoch nicht in hoher Konzentration auf die bloße Haut aufgetragen werden. Wir raten dazu, Bio-zertifizierte Öle zu benutzen.

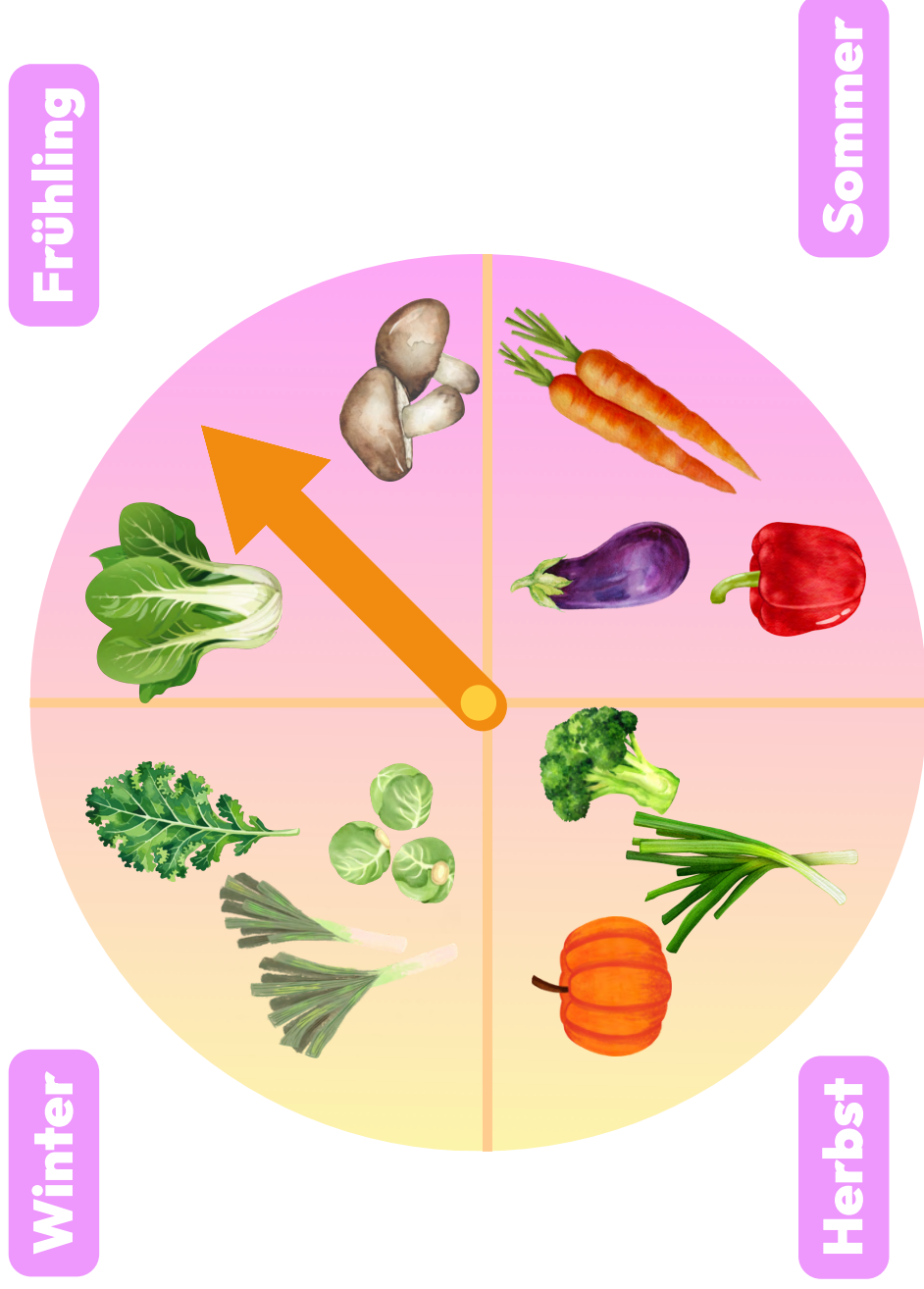


<https://purelimon.de/deo-selbst-machen/>

**KLIMAAUSBILDUNG**

Ein Projekt der BUNDjugend

# Saisonkalender basteln



# Anleitungen Saisonkalender basteln

Für viele Kinder, insbesondere aus städtischen Gebieten, ist es üblich, mit ihren Eltern in den Supermarkt zu gehen, wo nicht-heimische Früchte und nahezu alle Gemüse- und Obstsorten ständig verfügbar sind. Es kann schwierig sein, saisonal und regional einzukaufen, da oft weder die Kinder noch die Eltern genau wissen, wann welches Gemüse oder Obst angebaut und geerntet wird. Ein selbst gestalteter Saisonkalender kann dabei helfen, sich gemeinsam damit zu beschäftigen. Die Kinder lernen dabei, dass Gemüse und Obst zu unterschiedlichen Jahreszeiten angebaut und geerntet werden.

Die Frage nach der Herkunft der Lebensmittel im Supermarkt bietet ebenso die Gelegenheit, mit den Kindern über die (weiten) Transportwege der Lebensmittel zu sprechen. Diese Themen regen oft dazu an, dass die Kinder ihr Wissen auch im Familienkreis weitergeben. Eine mögliche Idee wäre die Organisation eines Elternabends zum Thema Ernährung und umweltbewussten Einkauf, bei dem unter anderem die Saisonkalender der Kinder präsentiert werden.

### MATERIAL

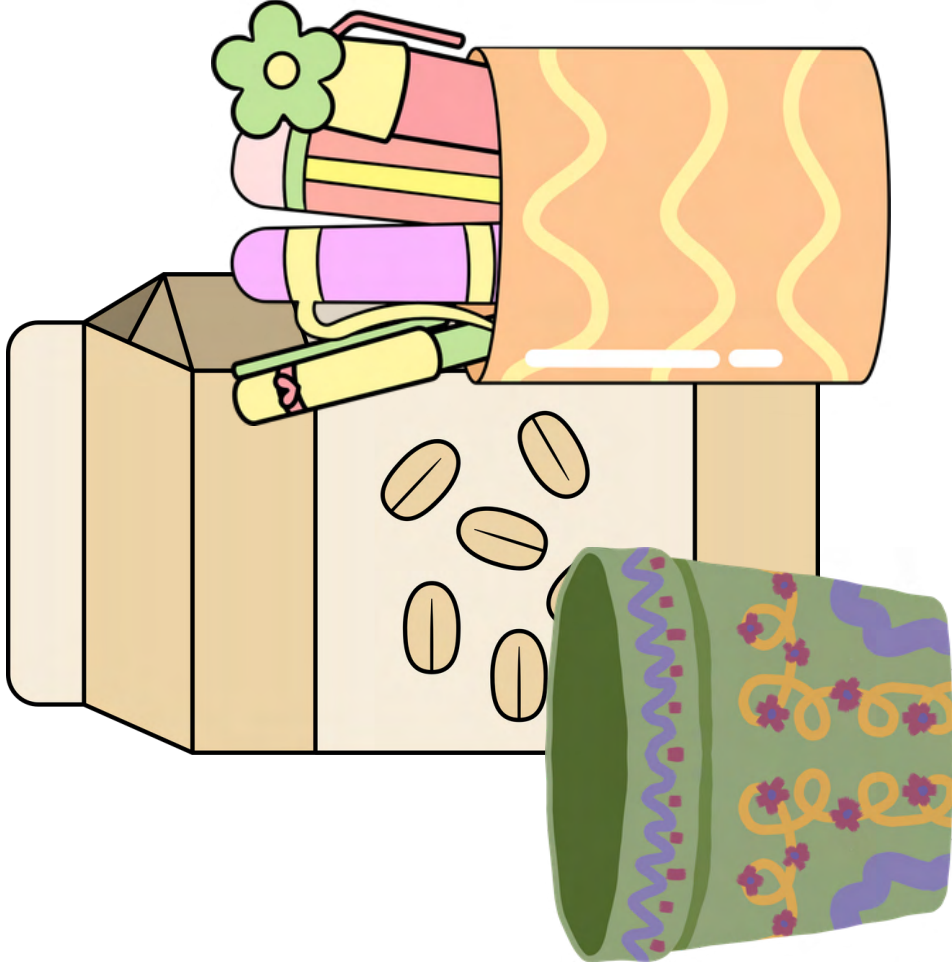
- ☐ Ein großes Blatt Recycling-Papier (z. B. in A3) oder Tonpapier
- ☐ Stifte, Scheren, Klebstoff
- ☐ Abbildungen von Gemüse- und Obstsorten (z. B. aus Prospekten, einer Vorlage oder selbst gemalt)

### UND SO GEHT'S:

1. Überlegt in einer großen Runde, welche Gemüse- und Obstsorten ihr kennt und besprecht, welche Lebensmittel zu welcher Jahreszeit wachsen und gegessen werden.
2. Schneidet Gemüse und Obst aus Prospekten oder Vorlagen aus oder malt sie selbst.
3. Gestaltet auf dem Papier nun einen Kalender, entweder unterteilt in Monate oder in die vier Jahreszeiten Winter, Frühling, Sommer, Herbst und klebt die jeweiligen Gemüse- und Obstsorten auf. In die Mitte könnt ihr einen Pfeil mit einer Musterklammer befestigen, sodass sich dieser mit den Jahreszeiten bewegt. Achtet dabei darauf, dass ihr die Jahreszeiten z. B. im Uhrzeigersinn aufteilt.



# Stiftebox aus Tetrapak

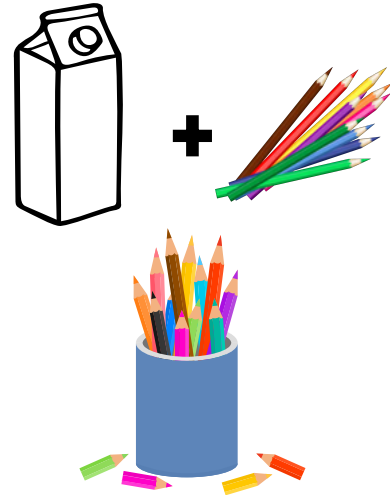


## Anleitungen

# Stiftebox aus Tetrapak

### MATERIAL

- ☐ 1 leerer Getränkekarton (gut ausgewaschen und getrocknet)
- ☐ 1 Lineal
- ☐ 1 Stift
- ☐ 1 Schere
- ☐ Zum Verzieren zum Beispiel:
  - 1 saubere Serviette, Pinsel und Kleister
  - Acryl- oder Wasserfarben
  - Filz- oder Buntstifte



### SCHRITT-FÜR-SCHRITT-ANLEITUNG

1. Zuerst entscheidest du, wie hoch dein Stiftehalter werden soll. Tipp: Für einen guten Stiftehalter ist eine Höhe ab 11 cm ausreichend.
2. Jetzt misst du die gewünschte Höhe vom Boden des Kartons aus ab und markierst sie mit einem kleinen Strich.
3. Schneide den Karton auf der Höhe des Striches einmal rund herum ab.  
**Tipp:** Schneide deinen Karton von oben bis zu deinem Strich auf, dann ist es einfacher.
4. Jetzt entfernst du die äußere Beschichtung des Kartons. Das kann etwas knifflig sein. Fange am besten bei einer Naht an. **Tipp:** Wenn du die oberste Schicht mit einem nassen Schwamm leicht anfeuchtest, löst sich die Schicht besser.
5. Jetzt kannst du deine Stiftebox kreativ gestalten. Ob mit Filz- oder Buntstiften oder mit Wasser- oder Acrylfarbe. Vielleicht Erinnerst du dich auch noch an die Serviettentechnik von früher? Bestreiche den Karton dünn mit Kleister und lege möglichst faltenfrei die oberste Lage der Serviette darauf. Mit einem Pinsel oder mit der Hand kannst du sie vorsichtig glatt streichen und trocknen lassen – fertig!
6. Dein Tetrapak ist von innen mit Folie beschichtet? Dann kannst du daraus auch mit dem selben Prinzip einen Blumentopf basteln!

*Hinweis: Alle verwendeten Abbildungen und Illustrationen in diesem Dokument, die nicht anders gekennzeichnet sind, stammen von Canva.*