



# Ab ins Grüne

## Natur gemeinsam erleben – Wie können wir zusammen aktiv werden?

Das Team von „Ab ins Grüne!“ lädt euch ein zum  
Austausch über Natur-Umwelt-Klimaschutz.

Unsere Themen und Aktivitäten verbinden Menschen – egal, woher sie kommen und welche Sprachen sie sprechen. Im offenen Natur-Café und bei unseren Ausflügen und Workshops kommen wir miteinander ins Gespräch und entdecken viele Gemeinsamkeiten:

- Wir tragen mit kleinen Änderungen im Alltag zum Umweltschutz bei, z.B. wenn wir regional und saisonal einkaufen, Lebensmittel richtig lagern und nicht verschwenden, die Umweltbelastung von Kleidung und Internetnutzung bei unserem Konsum berücksichtigen.
- Wir genießen die Zeit in der Natur und merken, wie gut uns der Wald tut, wie erholsam Ausflüge ins Grüne sind und wieviel wir entdecken.
- Wir setzen gemeinsam Ideen in die Praxis um: wir kochen Marmelade, backen Brot, stellen Putzmittel her, entdecken die Natur in der Umgebung.

Zu unserem Team gehören zwei neue Gesichter: Salim Awali und Nader Abdullah sorgen mit Shamsa Ibrahim Amin für die mehrsprachige Vermittlung. Zum Natur-Café könnt ihr jeden Mittwoch ohne Anmeldung kommen!

→ Eure Ideen und Vorschläge greifen wir gerne auf.





## Eindrücke von Ausflügen + Workshops

### Der Wald im Winter – Wie überwintern Tiere?

11.02.23

Mit der Naturerlebnispädagogin Christel Mennes-Fröhling-dorf haben wir eine Tour durch die Waldau gemacht (mit dem Bus 602 direkt zur Endhaltestelle Waldau). Wir haben gelernt, wie die verschiedenen Tiere bei uns den Winter überstehen: Winterruhe, Winterschlaf, Winterstarre oder aktive Überwinterung? Mit viel Bewegung und einem leckeren Picknick haben wir einen erholsamen Tag im Wald verbracht.



### Upcycling – aus Alt wird Neu!

25.02.23

Mit fachkundiger Unterstützung von Christel sind wir im Workshop kreativ geworden: Aus alten Tetrapacks (Soft- und Milchbehältern) haben wir verschiedene nützliche Dinge gebastelt, z.B. Aufbewahrungsboxen oder Pflanzbehälter. Aus einer Kaffee-Verpackung wurde eine Geldbörse. Aus alten Fahrradschläuchen entstanden Topf-Untersetzer. So verarbeiten wir ausgediente Gegenstände und schützen damit die Umwelt! Dazu gibt es auch im Internet viele Tipps!



### Frühlingserwachen im Wald

18.03.23

Mit der Naturerlebnispädagogin Christel Mennes-Fröhling-dorf sind wir zum Wald im Ennert/Dornheckensee oberhalb von Ramersdorf gefahren (Stadtbahn 16, dann Stadtbahn 66 bis Ramersdorf Bf, dann eine Haltestelle Bus 636 bis Oberkasseler Str.). Wir haben die ersten Blumen („Frühblüher“) entdeckt und gelernt, welche essbar und welche giftig sind. Wir haben die Rufe verschiedener Vogelarten kennengelernt und erfahren, welche Vögel bei uns überwintern und welche im Winter in den Süden ziehen („Zugvögel“). Von der Aussichtsplattform „Rabenley“ hatten wir einen wunderbaren Blick über das Rheintal und die Stadt Bonn bis zum Siebengebirge. Wie immer hatten wir auch ein leckeres Picknick und viel Spaß in der Gruppe!





# Ab ins Grüne!

Gemeinsam Natur erleben

## Natur-Café in Haus Vielinbusch

(Oppelner Str. 130, 53119 Bonn)

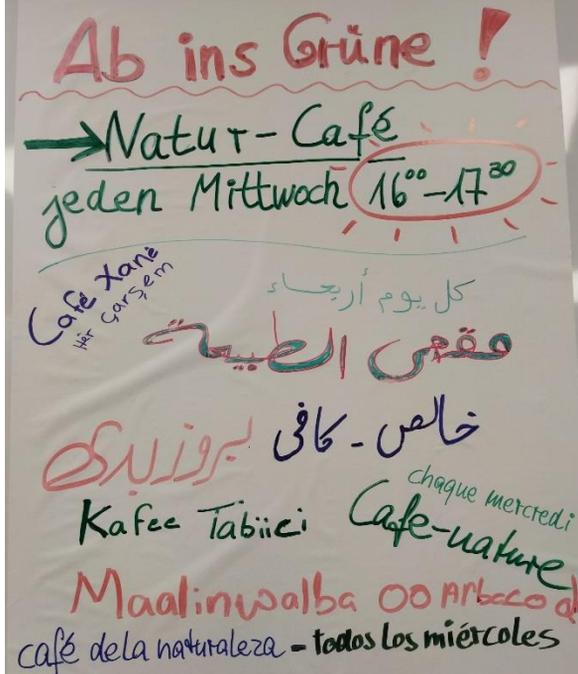
- 05.04.23 Kleidertauschbörse (ab 14.00 Uhr)
- 19.04.23 Kein Gift in Kinderspielzeug!
- 26.04.23 Umweltfreundlich putzen -  
Wir mixen einen Allzweckreiniger
- 03.05.23 Natur mit allen Sinnen erleben
- 10.05.23 Lebensmittel haltbar machen  
durch Fermentieren
- 17.05.23 Mein eigener Kräutergarten
- 24.05.23 Führung durch die Düne
- 31.05.23 Mehrweg in der Praxis
- 07.06.23 Weniger Fleisch essen?
- 14.06.23 Gesundes Brot backen
- 21.06.23 Wir stellen den Gemüsegarten des  
Papa-Clubs vor

Offenes Angebot, ohne Anmeldung:  
Wir informieren.

Wir tauschen uns aus über Natur  
und Umwelt.

Wir laden Referent:innen ein.

**Mittwochs, 16.00 - 17.30 Uhr**  
im Café-Bereich





# Ab ins Grüne

## Unsere Ausflüge und Workshops bis Juni 2023/Treffpunkt Haus Vielinbusch

**Sa 29.04.2023, 11.00 – 17.00 Uhr: Ausflug**

### **Insekten und Co. – was krabbelt denn da?**

Wir entdecken die Welt der kleinen Tiere. Fliege, Biene, Wanze, Käfer, Libelle oder Schmetterling – warum ist Artenvielfalt wichtig?

**Sa 13.05.2023, 10.00 – 13.00 Uhr: Workshop**

### **Einfache Reparaturen**

Viele Sachen, die kaputt gehen, können wir auch selbst reparieren. Ronan Sevellec (Leiter des Reparatur-Cafés) zeigt uns, wie es geht.

**Sa 20.05.2023, 11.00 – 17.00 Uhr: Ausflug**

### **Botanischer Nutzgarten + Garten**

Wir besuchen beide Orte und entdecken die Vielfalt von Pflanzen, Obst- und Gemüseanbau.

**Sa 03.06.2023, 14.00 – 17.00 Uhr: Workshop**

### **Marmelade selbst herstellen**

Wir kochen leckere Marmelade mit Saison-Obst.

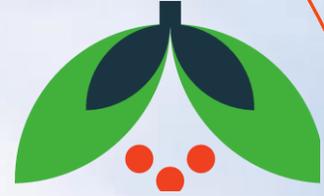
**Sa 17.06.2023, 11.00 – 17.00 Uhr: Ausflug**

### **Das Siebengebirge – ein Naturschutzgebiet vor unserer Haustür**

Sind es sieben Berge? Was ist ein Naturschutzgebiet? Wir entdecken Naturkunstwerke und den Blick auf den Rhein.

Bitte meldet euch für diese Angebote unbedingt in Haus Vielinbusch an!





# Ab ins Grüne

## Tipps für den Alltag

Natur- und Umweltschutz fängt im Kleinen an! Unser Verhalten in der Familie und zuhause kann dazu beitragen, die Natur und Umwelt besser zu schützen. Und wir können gesünder leben und Geld sparen! Im Natur-Café sprechen wir über diese Fragen und sammeln praktische Tipps. Wir überlegen gemeinsam, was wir ändern können.

## Ideen für den Familienalltag

### Tipps 1: Stromfresser Internet!

Smartphone, Whatsapp, Tablet, Filme und Musik streamen - all das kosten viel Energie. Wir wollen ständig online sein, weil es bequem und interessant ist. Aber jede Message, jedes Video etc. verbraucht Strom für Speicher, Server, Versand um die Welt etc. Wir können auch hier Energie sparen, wenn wir Internet und Streaming-Dienste bewusster und seltener nutzen!



### Tipps 2: Saisonal einkaufen!

Saisonkalender zeigen uns, welches Obst und Gemüse in welchen Monaten bei uns wächst. Viele Sorten werden mit Flugzeug oder Schiff um die halbe Welt transportiert, damit wir sie hier kaufen können. Das kostet viel Energie und Ressourcen und schadet der Umwelt! Früchte der Saison sind jedoch frisch und haben kurze Wege.



### Tipps 3: Ausmisten und Weitergeben!

Was wir selbst nicht mehr brauchen, können wir aussortieren und weitergeben: Gut erhaltene Kleidung und andere Dinge können wir spenden (Sozialkaufhaus), tauschen (Tauschbörse), verkaufen (Flohmarkt) oder verschenken. Dann werden die Sachen länger und nachhaltiger genutzt. Und es gibt weniger Müll.





## Anmeldung zu den kostenlosen Ausflügen, Exkursionen und Workshops:

- Bei FiBB e.V. per Email ([info@fibb-ev.de](mailto:info@fibb-ev.de)) oder telefonisch unter 0157-79705275 (Marlies Wehner)
- In Haus Vielinbusch (Oppelner Str. 130, 53119 Bonn) an der Information oder telefonisch unter 0228-76363873 (Info)

Bei der Anmeldung bezahlt ihr 5,-€ Pfand. Wenn ihr teilgenommen habt, bekommt ihr das Pfand zurück.

## Kontakt + Information:

Möchtet ihr informiert werden über das Projekt „Ab ins Grüne!“ und alle Aktivitäten und Termine? Dann kommt in unsere **whatsapp-Gruppe** („Ab ins Grüne“ 0157 39380550 oder 0163 2356632) oder schickt eine E-Mail an [info@fibb-ev.de](mailto:info@fibb-ev.de) und wir schicken euch alle Infos.

Gefördert durch:



Bundesministerium  
des Innern  
und für Heimat

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



Amt für  
Integration und Vielfalt

**STADT.  
CITY.  
VILLE.  
BONN.**