

Mythos oder gelebte Praxis?

Nachhaltigkeit von kostenlosen Wochenzeitungen – Kein Lebensraum wird zerstört

■ BAYREUTH

Nachhaltigkeit und Umweltschutz geht uns alle an und jeder kann seinen Beitrag dazu leisten. Als Verlag sind auch wir uns unserer Verantwortung bewusst. Daher informieren wir Sie im Rahmen einer Artikelserie über Mythen und Fakten rund um die Nachhaltigkeit von kostenlosen Wochenzeitungen und Papierprodukten im Allgemeinen. Teil 2: Der Wald – Zeitungspapier zerstört keinen Lebensraum.

Gedrucktes steht oft in der Kritik, die für das Klima wichtigen Wälder und damit auch Lebensräume von Tieren zu zerstören. Kostenlose Wochenzeitungen werden in der Regel auf Recy-

lingpapier gedruckt, dessen Fasern bis zu zwölf Mal wiederverwertet werden können.

Nachhaltig und zertifiziert

Zum Erhalt des Recyclingkreislaufs werden immer wieder Frischfasern zugeführt, bei denen es sich überwiegend um Säge- und Holzabfälle handelt. Letzteres stammt von schwächeren Bäumen, die von Forstwirten aus dem Wald genommen werden, um gesunden Bäumen bessere Wachstumschancen zu geben.

Wertvolles Stammholz wird für andere Industriezweige, wie die Möbelindustrie, verwendet. Für die Papierherstellung in Deutschland kommen zudem aus-

schließlich Holzfasern aus nachhaltig bewirtschafteten und in der Regel zertifizierten Wäldern zum Einsatz.

Von nachhaltiger Forstwirtschaft ist die Rede, wenn mindestens so viele Bäume gepflanzt wie gefällt werden. Dem europäischen Papierverband CEPI zufolge werden in Europa jedes Jahr 33 Prozent mehr Bäume nachgepflanzt als gefällt. Von 2005 bis 2020 haben sich nach Angabe der Ernährungs- und Landwirt-

schaftsorganisation der Vereinten Nationen (FAO) die europäischen Wälder um 58.390 Quadratkilometer vermehrt.

Mehrheit stammt aus Europa

Dies entspricht einem täglichen Wachstum von 1500 Fußballfeldern. Dabei wird auch darauf geachtet, dass die Vielfalt der Baumarten stetig wächst.

Mit über 90 Prozent stammt die große Mehrheit der

Holzfasern, die von der europäischen Papierindustrie verwendet werden, aus Europa selbst. Dabei handelt es sich bei 80 Prozent der Fasern um zertifizierten Zellstoff.

Die eigentliche Gefahr für den europäischen Wald geht nicht von Rodungen aus, sondern von der durch den Klimawandel verursachten zunehmenden Trockenheit. Durch nachhaltige Forstwirtschaft und Vermeidung von Monokulturen kann auch hier vorgesorgt und der europäische Wald klimaresilient gemacht werden.

Dem Verband „Die Papierindustrie“ zufolge stammt Zellstoff, der aus Ländern außerhalb Europas bezogen wird, ausschließlich von kontrollierten Lieferanten.

Diese, meist in Südamerika ansässigen Lieferanten, bewirtschaften Flächen, die

zuvor für die Landwirtschaft genutzt wurden, hierfür aber nicht mehr ertragreich genug waren. Regenwald wird hierfür nicht gerodet.

Keine Rodung wegen Papier

Die wachsende Landwirtschaft, Bergbau, Infrastrukturprojekte sowie immer häufigere und intensivere Brände sind Grund dafür, dass Wälder schwinden. Die Papierherstellung nimmt hierauf keinen Einfluss. Rohstoffe aus Gebieten wie Indonesien, in denen Regenwald gerodet wird, kommen in der deutschen Papierindustrie nicht zum Einsatz. Zusätzlich stellt auch die Europäische Holzhandelsverordnung sicher, dass kein Holz oder Zellstoff aus illegalem Einschlag nach Europa importiert wird.

Ärztliche Sprechstunde

■ BAYREUTH

Die Krebsberatungsstelle Bayreuth bietet für Erkrankte, die unter Tumor bedingten Erschöpfungssymptomen leiden, monatlich eine ärztliche Sprechstunde an. Der nächste Termin ist am Mittwoch, 7. September, ab 14 Uhr. Geleitet wird die Sprechstunde von Dr. Claudia Anhut, leitende Fachärztin für Strahlentherapie im MVZ Klinikum Bayreuth-Kulmbach. Die Fatigue-Sprechstunde findet in der Krebsberatungsstelle Bayreuth, Maximilianstraße 52-54 (zweiter Stock, Aufzug vorhanden) statt. Es sollten circa 60 Minuten eingeplant werden.

Das Angebot ist kostenfrei. Anmeldungen unter Telefon 0921/15 12 03 0.

Beratung zur Inklusion

■ BAYREUTH

Der Behindertenbeirat der Stadt Bayreuth, die Inklusionsfachstelle und die Behindertenbeauftragte der Stadt Bayreuth bieten ein offenes Beratungsangebot an. Es richtet sich an Bürger mit Behinderungen, die Fragen zum Thema Behinderung haben, Unterstützung suchen, sich informieren möchten oder Benachteiligungen aufgrund ihrer Behinderung erfahren haben und sich über Rechte und Möglichkeiten beraten lassen möchten. Das Angebot startet ab Dienstag, 30. August, im Zwei-Wochen-Takt immer dienstags, von 11 bis 13 Uhr, in der Schlossgalerie, Kanalstraße 3, Zimmer 235. Um Anmeldung unter Telefon 0921/25-11 15 wird gebeten. Online-Beratung ist per E-Mail an bettina.wurzel@stadt.bayreuth.de möglich.

Geistig und körperlich fit ins neue Schuljahr

Nachhilfeinstitut Studienkreis in Bayreuth und Kulmbach veröffentlicht zum Schulstart kostenloses E-Book

■ BAYREUTH/ KULMBACH

Nach sechs Wochen Sommerferien starten Schülerinnen und Schüler in ein neues Schuljahr. Vom Freizeit- in den Lernmodus umzuschalten, fällt jedoch nicht jedem leicht. Dabei gibt es zahlreiche Möglichkeiten, das Gehirn zum Lernen anzuregen. Viele davon sind nicht nur effektiv, sondern machen auch noch Spaß. Mit seinem Ratgeber „Training für Körper und Geist“ zeigt das Nachhilfeinstitut Studienkreis in Bayreuth und Kulmbach, wie Bewegung und Gehirntuning den Organismus in

Schwung bringen. In dem Ratgeber erfahren Schulkinder, wie Körper und Gehirn zusammenarbeiten und wie sie sich dieses Wissen beim Lernen zunutze machen können.

Sport ist besonders wirksam

„Wer wirkungsvoll lernen will, darf nicht einfach nur Fakten in seinen Kopf schaufeln wie Daten auf eine Festplatte“, erklärt Thomas Momotow vom Studienkreis. „Stattdessen lohnt es sich, den ganzen Körper einzubeziehen. Dann verlaufen Denk- und Lernprozesse schneller und



effektiver.“ Besonders wirksam ist hierfür Sport. Jedoch sind nicht alle Sportarten für jeden Schüler und jede Schülerin gleichermaßen geeignet. Joggen, Tanzen

oder Fußball? Verein, Trainingsgruppe oder Studio? Der Ratgeber hilft, herauszufinden, was am besten zu welcher Persönlichkeit passt. Auch auf die Fragen, wie viel Bewegung sinnvoll ist und welcher Sport welche Fähigkeiten fördert, gibt es die passenden Antworten.

Thomas Momotow: „Ausdauersportarten wie Schwimmen oder Walken können dazu beitragen, Ängste zu reduzieren und

die Konzentrationsfähigkeit zu erhöhen. Individualsport wie Tischtennis oder Kraftsport hilft, das Gefühl von Selbstwirksamkeit und die Frustrationstoleranz zu stei-

gern. Und Mannschaftssportarten wie Hockey oder Fußball steigern soziale Fertigkeiten wie Teamfähigkeit, Kommunikation und Verantwortung.“

Darüber hinaus enthält der Ratgeber viele Ideen, Anregungen und Übungen für einen cleveren und wachen Kopf. Dazu zählen zum Beispiel klassisches Gehirnjogging, Strategiespiele und ein paar schnelle Übungen für die Lernpause.

Frühzeitig in den Schulmodus

Um gut ins neue Schuljahr zu kommen, sei es zudem empfehlenswert, schon

einige Zeit vor dem ersten Schultag allmählich den Schlaf- und Wachrhythmus umzustellen, sagt Thomas Momotow.

Auch sollten Eltern gemeinsam mit ihrem Kind kontrollieren, ob alle Lernutensilien und Schulbücher vorhanden sind und ob am Schreibtisch alles an Ort und Stelle ist. Wichtig sei es außerdem, regelmäßige Lern- und Pausenzeiten in den Tagesablauf zu integrieren.

red/Foto: www.studienkreis.de

Info: Das E-Book kann jetzt kostenlos unter www.studienkreis.de/training-fuer-koerper-und-geist heruntergeladen werden.

SONDERTHEMA ■ DER GARTEN IM SPÄTSOMMER

GARTEN PUNZMANN
Baumschulen mit Gartenmarkt

Telefon 09681/92110
Menzhof 6, 92665 Kirchendemenreuth
www.garten-punzmann.de

Darf es ein wenig mehr sein?

Vermehrung von Beet- und Balkonpflanzen durch Stecklinge

Sind Sie schon bereit, den Sommer ziehen zu lassen? Die gute Nachricht: Sie können schon jetzt anfangen, sich auf den nächsten Sommer vorzubereiten. Denn jetzt ist die richtige Zeit, von den schönsten Blumen im Beet Ableger zu ziehen.

Das bringt gleich zwei tolle Sachen mit sich: Zum einen mehr von den Lieblingsblumen fürs nächste Jahr. Zum anderen lassen sich die Pflanzen dadurch besser überwintern. Denn klassische Balkon- und Kübelpflanzen erreichen bis zum Saisonende große Ausmaße und brauchen Platz in einem frostfreien, aber kühlen Winterlager. Viele haben keinen Platz für große Pflanzen, für kleinere Stecklinge hingegen schon eher.

So geht's: Man schneidet einen Trieb der alten Pflanze ab und steckt ihn ins Wasser



Vom Lavendel lässt sich jetzt sehr gut der Nachwuchs ziehen.

Foto: Laura Ludwig/dpa-tmn

oder der Erde. Nach wenigen Wochen haben Sie nun ein weiteres Exemplar Ihrer Lieblingsblume. Man spricht

hierbei übrigens von der Vermehrung durch Stecklinge. Das geht mit vielen Beet- und Balkonblumen, etwa

Fuchsien, Pelargonien und Wandelröschen. Aber auch von Kräutern wie Lavendel, Rosmarin, Zitronenverbene und Minze lässt sich so Nachwuchs ziehen. Um dem Pflanzennachwuchs den Start zu erleichtern, kann man noch Folgendes tun:

Tipp 1: Sauber abscheiden und die meisten Blätter entfernen

Man sollte junge Triebe von gesunden und kräftigen Eltern-Pflanzen abschneiden und leicht mit Folie abdecken. Diese wird am besten täglich gehoben, so dass hohe Luftfeuchte und Steckling sollte möglichst frei von Blüten und Knospen sein und drei bis vier Blattpaare haben. Der Steckling sollte hell, aber nicht direkt unterhalb eines Blattpaares mit einem scharfen Messer abgeschnitten. Die weiteren kleinen Blätter am Stiel werden

entfernt. Sollte sich kein Trieb ohne Blüten finden, werden diese so abgenommen, dass der Stiel nicht beschädigt wird.

Tipp 2: Folie über Topf spannen

Wer die Stecklinge direkt in Substrat stecken möchte, sollte nährstoffarme Aussaaterde wählen. Man kann sie zusätzlich mit Sand mischen. Die Stecklinge werden einfach in die Mitte des Topfs gesteckt, angeordnet und leicht mit Folie abgedeckt. Diese wird am besten täglich gehoben, so dass hohe Luftfeuchte und Steckling sollte möglichst frei von Blüten und Knospen sein und drei bis vier Blattpaare haben. Der Steckling sollte hell, aber nicht in der direkten Sonne stehen. Alternativ lassen sich viele Stecklinge in einem Wasserglas ziehen.

dpa-tmn