

| Datum | Hashtag | Wochen-Challenge | Meine Notizen |
|-------|---------|------------------|---------------|
|-------|---------|------------------|---------------|

| | | |
|---|-------------------------------------|---|
| <p>KW 5</p> <p>31.01.- 06.02.22</p> | <p>#AltonaChallenge #Woche1</p> | <p>Challenge 1 - Schaffst du es, eine Woche lang ohne in Plastik verpackte Lebensmittel in deiner Mittagspause auszukommen?</p> |
| <p>KW 6</p> <p>07.02.- 13.02.22</p> | <p>#AltonaChallenge #Woche2</p> | <p>Challenge 2 - Schaffst du es, dich eine Woche lang vegan zu ernähren?</p> |
| <p>KW 7</p> <p>14.02.- 20.02.22</p> | <p>#AltonaChallenge #Woche3</p> | <p>Challenge 3 - Schaffst du es, Licht und Heizung nur in Räumen, in denen du dich gerade aufhältst, zu nutzen?</p> |

| | | | | | | |
|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Geschafft? Dann setze dein Häkchen! | | | | | | |
| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | | | | | | |
| Geschafft? Dann setze dein Häkchen! | | | | | | |
| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | | | | | | |
| Geschafft? Dann setze dein Häkchen! | | | | | | |
| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | | | | | | |

| <p>KW 8 21.02.- 27.02.22</p> | <p>#AltonaChallenge #Woche4</p> | <p>Challenge 4: Schaffst du es, eine Woche lang keine Produkte mit Palmöl zu nutzen?</p> | <p>Geschafft? Dann setze dein Häkchen!</p> <table border="1" data-bbox="1205 245 2092 405"> <thead> <tr> <th>Mo</th> <th>Di</th> <th>Mi</th> <th>Do</th> <th>Fr</th> <th>Sa</th> <th>So</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> </tbody> </table> | Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
|---------------------------------------|-------------------------------------|---|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|----|----|----|----|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So | | | | | | | | | | | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | | | | | | | | | | | |
| <p>KW 9 28.02.- 06.03.22</p> | <p>#AltonaChallenge #Woche5</p> | <p>Challenge 5 - Wer hat am Ende der Woche am wenigsten Verpackungsmaterial verursacht?</p> | <p>Wieviel Gramm Verpackungsmaterial habe ich pro Tag verursacht? Wiege den Verpackungsmüll, bevor du ihn entsorgst.</p> <table border="1" data-bbox="1205 663 2092 823"> <thead> <tr> <th>Mo</th> <th>Di</th> <th>Mi</th> <th>Do</th> <th>Fr</th> <th>Sa</th> <th>So</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>____g</td> <td>____g</td> <td>____g</td> <td>____g</td> <td>____g</td> <td>____g</td> <td>____g</td> </tr> </tbody> </table> <p>Insgesamt: _____ Gramm</p> | Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So | ____g | ____g | ____g | ____g | ____g | ____g | ____g |
| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So | | | | | | | | | | | |
| ____g | ____g | ____g | ____g | ____g | ____g | ____g | | | | | | | | | | | |
| <p>KW 10 07.03.- 13.03.22</p> | <p>#AltonaChallenge #Woche6</p> | <p>Challenge 6 - Wer sammelt die meisten Schritte?</p> | <p>Trage die Anzahl deiner täglichen Schritte oder Kilometer ein (1km = ca. 1500 Schritte):</p> <table border="1" data-bbox="1205 1082 2092 1219"> <thead> <tr> <th>Mo</th> <th>Di</th> <th>Mi</th> <th>Do</th> <th>Fr</th> <th>Sa</th> <th>So</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> | Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So | | | | | | | |
| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <p>SCHULFERIEN</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|---|
| <p>KW 13 28.03.- 03.04.22</p> | <p>#AltonaChallenge #Woche7</p> | <p>Challenge 7 - Schaffst du es, eine Woche lang ohne Einweg- und to-go Becher auszukommen?</p> |
| <p>KW 14 04.04.- 10.04.22</p> | <p>#AltonaChallenge #Woche8</p> | <p>Challenge 8 - Schaffst du es eine Woche mit dem Fahrrad zu fahren?</p> |
| <p>KW 15 11.04.- 17.04.22</p> | <p>#AltonaChallenge #Woche9</p> | <p>Challenge 9 - „Altona räumt auf“ - Wer sammelt den meisten Müll?</p> |
| | <p>#AltonaChallenge #Woche10</p> | <p>Bonus-Challenge - Wer zeigt das ulkigste Gemüse?</p> |

An welchen Tagen hast du es geschafft? Setze dein Häkchen:

| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

An welchen Tagen bist du mit dem Fahrrad gefahren? Setze dein Häkchen und trage die gefahrenen Kilometer ein!

| Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa | So |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ___km | ___km | ___km | ___km | ___km | ___km | ___km |

Schaffst du so viel aufzusammeln, dass ein Müllsack (mindestens 60L-Sack) bis Ende der Woche gefüllt ist? Wenn du magst, kannst du uns auch den Radius des Gebiets zukommen lassen, in welchem du gesammelt hast!

Geschafft?

Der Radius betrug _____ Meter.

Wir sind gespannt auf eure Bilder!

Am 16.11.21 wurden im Rahmen der Regionalen Bildungskonferenz unter dem Thema „Nachhaltigkeits-Challenges in Altona – Zeit gemeinsam zu handeln!“ eine Vielzahl toller Ideen für einen Challenge-Kalender entwickelt. Insbesondere aus den Schulen in unserem Bezirk haben sich viele Interessierte beteiligt. Zu den Themen Ernährung, Konsum, Energie, Mobilität und Abfall haben sich die Teilnehmenden Herausforderungen für den Alltag ausgedacht.

Unter dem Motto „Neues Jahr, neue Vorsätze“ beginnen wir gemeinsam in der 5. Kalenderwoche am **31.01.22**. Wir freuen uns auf zahlreiche Bilder, Erfahrungsberichte, Erfolgserlebnisse oder Notizen.

Sende uns diese an **challenges@altona.hamburg.de** oder teile sie über Instagram und nutze hierfür die genannten Hashtags.

Bei Einsendung der Bilder an die genannte Email-Adresse, erklärst du dich bereit, dass wir die Bilder gegebenenfalls auf unserer Homepage veröffentlichen.