© Jacob Lund – stock.adobe.com

Von einer in die nächste (unbezahlte) Schicht …

Frauen in Deutschland verbringen, laut einer Studie der Internationalen Arbeitsorganisation (ILO) und der Europäischen Stiftung zur Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen, jeden Tag im Schnitt vier Stunden und 29 Minuten mit unbezahlter Arbeit. Dazu gehören Haushalt, Betreuung von Kindern oder pflegebedürftigen Angehörigen sowie Vereins- oder Wohltätigkeitsarbeit. Wie viel unbezahlte Arbeit Männer in Deutschland leisten, beschreibt die Studie nicht. Im Schnitt aller 41 untersuchten Länder kommen Frauen auf vier Stunden und 26 Minuten unbezahlte Arbeit pro Tag, Männer auf eine Stunde und 48 Minuten. Werden neben dem bezahlten Job auch die unbezahlten Stunden im Haushalt, in der Pflege und bei gemeinnützigen Aktivitäten gezählt, sind Frauen deutlich stärker belastet: Sie arbeiten im Schnitt 55 Stunden pro Woche, Männer 49.

www.zeit.de/arbeit, www.ilo.org

Woher kommt eigentlich das Modewort „Nachhaltigkeit“?

Gefühlt hört man es in allen Kontexten unseres Lebens: die Rede ist von der Nachhaltigkeit. Dabei steht der Begriff nicht nur synonym für „dauerhaft“, sondern hat einen echt „grünen“ Hintergrund: Er stammt aus der deutschen Forstwirtschaft und wurde erstmals im Jahr 1713 von Hans Carl von Carlowitz in einer Publikation zur nachhaltigen Nutzung von Wäldern geprägt. Bezeichnet wird damit die Idee, höchstens so viele Bäume zu fällen wie neue angepflanzt werden können, sodass auch für künftige Generationen genügend Ressourcen vorhanden sind. Es geht also um den achtsamen Umgang mit Umwelt und Gütern. Zum politischen Begriff wurde Nachhaltigkeit 1992 auf einer Konferenz für Umwelt und Entwicklung in Brasilien. Damals wurde ein globales „Recht auf eine nachhaltige Entwicklung“ festgeschrieben. Das heißt, Wirtschaft und Politik müssen weltweit nicht nur wirtschaftliche, sondern auch ökologische und soziale Fortschritte anstreben.

www.nachhaltigkeit.info, www.umweltdialog.de

Plogging: Umweltfreundliche Kombination aus Sport und Müll sammeln

Plogging ist ein aktueller Trend aus Schweden, der Jogging und Müll sammeln (Schwedisch plocka upp – aufheben) verbindet. Das Ganze ist so leicht wie es klingt: Jogger heben bei ihrer Laufrunde einfach den Müll auf, den sie auf ihrem Weg liegen sehen, und entsorgen ihn anschließend. Dabei werden ähnlich wie beim Intervalltraining unterschiedliche Trainingsintensitäten und Bewegungen verbunden. In Schweden wie Amerika ploggen nicht nur einzelne Jogger, sondern es finden sogar schon Plogging-Events statt. Mit etwas Motivation und einem Müllbeutel im Hosenbund lässt sich etwas für die eigene Gesundheit und die Umwelt tun.

www.gesundheitstrends.com