

Herzlich Willkommen zur Future Bowl!

Sarah Meyer-Soylu, Annika Fricke, Laurine Basler (ITAS, KIT)



Was erwartet Sie heute?

Zeit	Thema
14:00 Uhr	Einführung in How Space und Ankommen
14:10 Uhr	Begrüßung und Projektvorstellung
14:20 Uhr	Kleine Vorstellungsrunde
14:40 Uhr	Best-Practice-Beispiel 1: Weitergabe von Lebensmitteln
14:55 Uhr	Best-Practice-Beispiel 2: CO ₂ –Bilanzierung durch das Tool Eaternity und Kommunikation
15:10 Uhr	Pause
15:15 Uhr	Best-Practice-Beispiel 3: Bio für Kinder
15:35 Uhr	Projektübergreifendes, Bedarfsabfrage & Ausblick

Vorstellung des Projektes KARLA & des Transformationsprojekts „Klimafreundliche Kantinen“

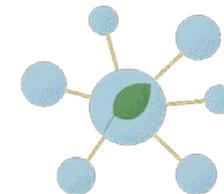
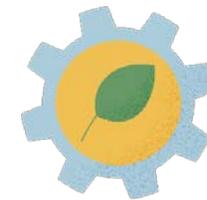
Sarah Meyer-Soylu, Annika Fricke, Laurine Basler (ITAS, KIT)



KARLA – Projektvorstellung

Ziele und Handlungsfelder von KARLA

- 1) Klimaschutz *nachhaltig* gestalten: Klimaschutzmaßnahmen am Leitbild Nachhaltiger Entwicklung bewerten und ausrichten (*Handlungsfeld 1*)
- 2) Ausgewählte Klimaschutzmaßnahmen in Form von Transformationsexperimenten initiieren und erforschen (*Handlungsfeld 2*)
- 3) Klimaschutz in einer Allianz aller Karlsruher Hochschulen und der Stadt Karlsruhe institutionalisieren (*Handlungsfeld 3*)

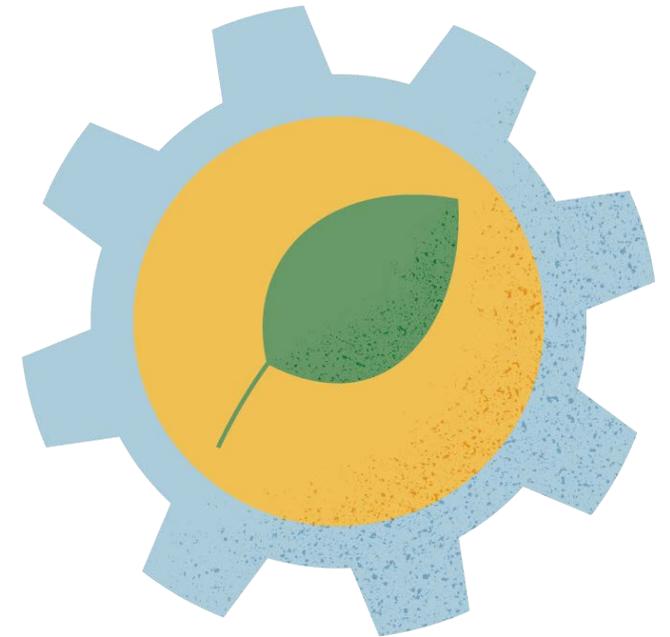


KARLA – Projektvorstellung

Handlungsfeld 2: Die Transformationsexperimente (TE)

...bilden das Herz von KARLA.

- 1) Klimaschonendes berufliches Reisen
- 2) Nachhaltiger Klimaschutz im Bauwesen
- 3) Fachkräfte für den Klimaschutz
- 4) Klimafreundliche Kantinen
- 5) *Automobilfreihere Mobilität (optional)*



TE4: Klimafreundliche Kantinen



Ziel: Verpflegung in möglichst vielen Karlsruher Kantinen klimaschonender gestalten und entsprechendes Bewusstsein dafür schaffen.

Themen der individuellen Unterstützung und Beratung:

Lebensmittelreste vermeiden

Menü-Check: CO2-Bilanzierung & Klimagerichte

Regional & Saisonal

Energie-Check (über KEA)

Vegan & Vegetarisch

Kultur des Mitnehmens, Mehrwegsysteme

Unterstützungsangebote I



Netzwerkbildung: Vernetzung von Karlsruher Kantinen und anderen Akteur*innen zum gegenseitigen Erfahrungsaustausch

Beratung bei Maßnahmen gegen **Lebensmittelverschwendung**
... Kooperation mit „Foodsharing“



Unterstützung bei der Suche nach passenden **Mehrwegsystemen**



Unterstützungsangebote II

CO2-Bilanzierung von Gerichten



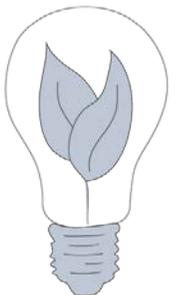
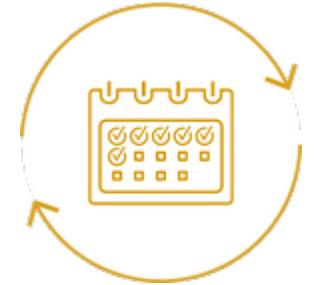
Evaluierung der Bereitschaft für vegetarische/vegane Essensangebote

Unterstützung bei der Suche nach **regionalen (Bio)-Lieferanten und Erzeugenden (Lieferantenliste)**



Unterstützungsangebote III

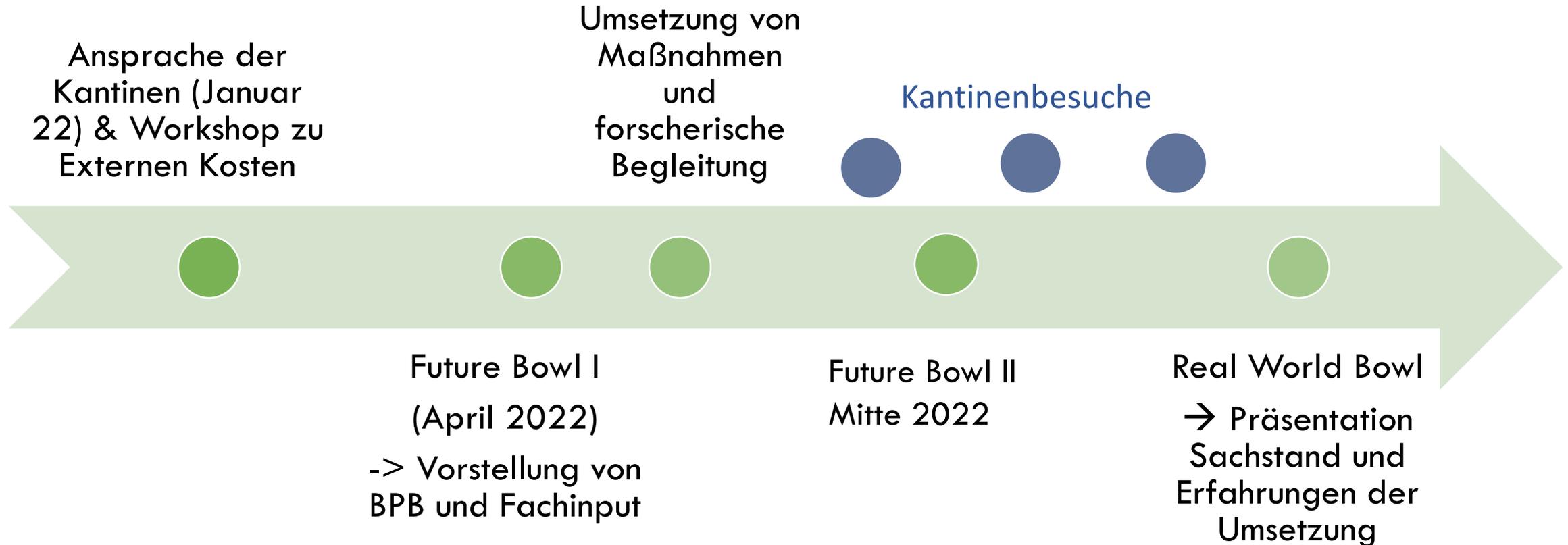
Angebot von **Selbstexperimenten** zum Thema klimafreundliche Ernährung für Kantinengäste und Mitarbeitende (**Sensibilisierung**)



Die KEFF (Regionale Kompetenzstellen für Energieeffizienz) bietet **kostenlose Energie-Checks** für Betriebe an.

In 3 Schritten können damit viele Energieeinsparungen, die nicht nur Kosten reduzieren und Geld sparen, sondern auch die Umwelt schonen, erreicht werden

Zeitlicher Ablauf



Individuelle Zusammenarbeit

Beispiel Stadtwerke:

- Kontaktaufnahme – Kennenlerngespräch (inkl. Themenfestlegung)
- Thema: CO₂-Bilanzierung von Gerichten
 - Übermittlung von Rezepten
 - CO₂- Bilanzierung durch KARLA
 - Übergabe der Daten an die Stadtwerke inkl. Arbeitstreffen (Verständnisfragen klären, Kommunikation an Gäste planen)
 - Ausarbeitung von Stellschrauben zur Erklärung der Bilanzierungsergebnisse

Außerdem

- Sensibilisierung und Austausch mit Studierenden zu dem Thema (Workshops bei den Frühlingstagen)
- Vernetzungstreffen für alle Akteure im Bereich NH-Entwicklung (bereits 2 große Treffen stattgefunden), eigene Projekte (z.B. Gourmet Bag) und thematische Auseinandersetzung (Ernährungsrat)

Was erhofft ihr euch von diesem Vernetzungsprozess?



Was bietet das Projekt den Kantinen an?

- **Netzwerkbildung**
- **Experteninputs und aufgearbeitete Best-Practice Beispiele in Form von Steckbriefen**
- **Direkter Erfahrungsaustausch untereinander (z.B. durch Kantinenbesuche)**
- **Konkrete Unterstützung und Beratung zu bestimmten Themen**

Weitere Infos zu KARLA



[Webseite: www.reallabor-karla.de](http://www.reallabor-karla.de)

[Offizielle Projektbeschreibung ITAS Homepage](#)

[Pressemeldung KIT](#)

[Pressemeldung MWK](#)

News



Neue Veranstaltungsreihe "Future Bowl"

Premiere: Am Donnerstag, 7. April 2022 startet die neue Veranstaltungsreihe „Future Bowl“. Von 14. bis 16 Uhr erfahren Sie alles



So bringt KARLA den Klimaschutz in Karlsruhe voran

Nachhaltigkeit in Karlsruhe: Das neue Reallabor KARLA bringt den Klimaschutz stärker in die Gesellschaft ein, indem es



Karlsruher Hochschulen und Stadt gründen Klimapakt

Aufbauend auf dem Klimaschutzkonzept der Stadt Karlsruhe unterzeichnen acht Karlsruher Hochschulen und die

Genug von uns...

Jetzt sind wir gespannt auf Sie!

VORSTELLUNGSRUNDE

Best-Practice-Beispiel 1: Konzepte gegen Lebensmittelverschwendung

Input 1: Weitergabe von Lebensmitteln an Eltern (Hort Karlsruhe)



Input 2: Zusammenarbeit mit Foodsharing (Caritas Wohnheim)



Best Practice I: Input 1 gegen Lebensmittelverschwendung Weitergabe an Eltern in einem Hort

Sarah Meyer-Soylu (ITAS, KIT)



Rahmenbedingungen

Städtischer Schülerhort Scheffelstraße

- Ca. 60 Mittagessen pro Tag für SchülerInnen, Essen in Kleingruppen mit ErzieherInnen, Ausgabe im Schüsselsystem
- Lieferant: Vitale Lunchbox – Gerichte mit Verwendung von frischen regionalen und saisonalen Produkten
- Ansprechperson: Katja Ziehmann



Karlsruhe

Vorgeschichte

Schülerhort hat sich mit dem Thema Nachhaltigkeit beschäftigt

- Interesse am Thema Lebensmittelverschwendung zu arbeiten
- Konzepterstellung
- Kontaktaufnahme/Absprache mit Lebensmittelaufsicht



Maßnahme gegen Lebensmittelverschwendung

- Weitergabe von nicht erwärmten Lebensmittelresten an Eltern
 - Lebensmittel, die noch nicht die Küche verlassen haben (z.B. Brot und Salat)
 - Transport in selbstgenähten Stoffbeuteln und großen Joghurtbechern
 - Obst, bevor es verdirbt



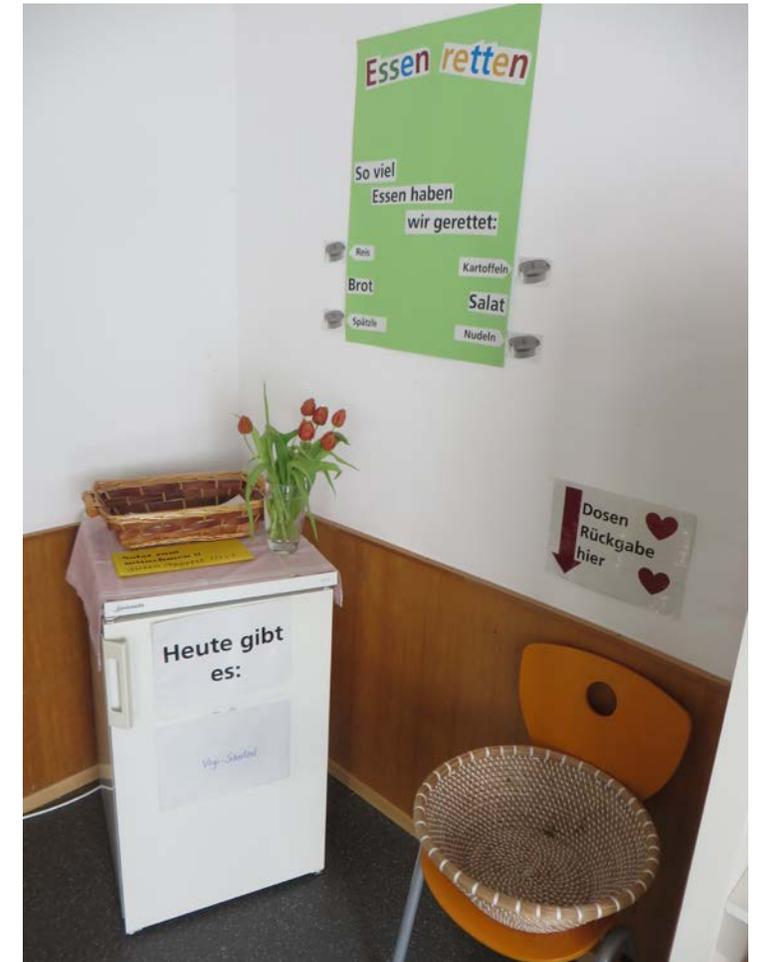
Maßnahme gegen Lebensmittelverschwendung

- Weitergabe von warmen Essen
 - Voraussetzungen:
 - Caterer muss schriftlich zustimmen
 - Lagerung des Essens unter hygienischen Bedingungen
 - Transport in Metalldosen, die von ErzieherInnen befüllt werden



Bereitstellung

- Lagerung in einem extra Kühlschrank außerhalb der Küche
- Nicht mitgenommene Dosen werden abends entsorgt



Rechtliches

Eltern müssen pro
Essensmitnahme einen
Haftungsausschuss
unterschreiben

Tagesliste Haftungsausschluss			
Informationen	Lebensmittel	Datum	Unterschrift
<p>Der Schülerhort übernimmt keinerlei Gewähr für die Speisen, weder nach dem Produkthaftungsgesetz noch aufgrund sonstiger gesetzlicher Grundlagen. Es handelt sich um Lebensmittelreste des Mittagessens. Haftungsansprüche jeglicher Art sind ausgeschlossen, es sei denn, entstandene Schäden beruhen nachweislich auf einem vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Verschulden <u>des Schülerhorts</u>.</p>			
<p>Allergene und Kennzeichnungspflichtige Stoffe entnehmen Sie dem Speiseplan</p>  <p>Wohlschmeckendes und vitales Essen für Karlsruher Kinder & Jugendliche</p> <p>von der der Tagesliste anhängt.</p>			

Ergebnis

- Reduktion von Lebensmittelverschwendung
- Sensibilisierung von SchülerInnen und Elternschaft
- Benefit von Eltern durch Lebensmittel für Abendessen, Schulbrot für den nächsten Tag...

Best-Practice Beispiel 2 – Input 2: Kooperation mit Foodsharing zur Weiterverwendung von Lebensmitteln

Vortragende: Annika Fricke (ITAS, KIT)



Überblick: Die Jugendgaststätte

Caritas Verband Karlsruhe – Jugendgästehaus St. Hildegard

- Ca. 80 Essen pro Tag: Frühstück, Mittag- und Abendessen
- Hauseigene Küche mit Verwendung von frischen regionalen und saisonalen Produkten
- Ansprechpersonen: Frau Eger und Frau Krämer



Maßnahme gegen Lebensmittelverschwendung

- Kooperation mit der Initiative **Foodsharing** zur Weitergabe von Lebensmitteln
- Vorbereitung: Vorab-Gespräche zu Fragen wie
 - Wie oft sollen Speisen abgeholt werden?
 - Welche Speisen fallen an?
 - Wie soll die Abholung erfolgen?
- Rechtsvereinbarung für Foodsaver
 - Verantwortlichkeit und Haftung liegt ab dem Zeitpunkt der Abholung nicht mehr beim Jugendgästehaus



Was wird weitergegeben?

- Alles, was für die Ausgabe bereits erwärmt wurde
- Salate und Nachspeisen, die in der Selbstbedienungstheke standen
- Brot und Brötchen vom Frühstück
- Obst und Gemüse vor längeren Schließzeiten (Ferien)

→ Abholung ca. viermal pro Woche

Vorbereitung...

Befüllen und Beschriften der Gastronomie-Eimer



...und Abholung



Kühlung im Personalkühlschrank bis zur Übergabe an Foodsaver



Zusätzlicher Aufwand?

- Beschriften und Befüllen der Gastronomie-Eimer
 - Zuständigkeit eines oder mehrerer Mitarbeitenden
- Tägliche telefonische Absprachen mit Foodsharing
- Ausgabe und Reinigung der Gastronomie-Eimer

Ergebnis

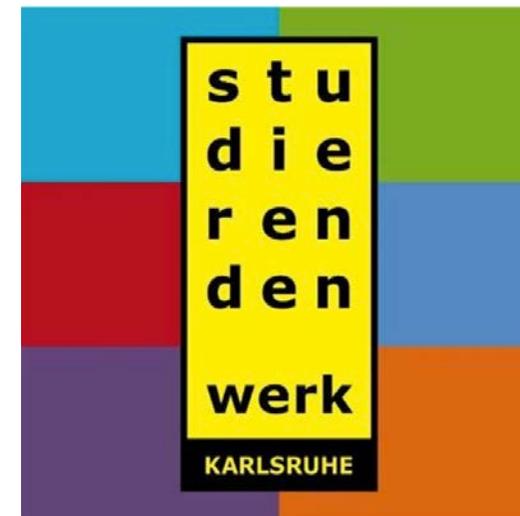
- Ca. 4-malige Abholung pro Woche
 - Meist wird nur noch eine ReFood-Tonne benötigt (vorher waren es zwei)
 - Andere Menschen freuen sich an den Lebensmitteln und werden satt 😊

Fragen?

Best-Practice-Beispiel 2

CO₂-Bilanzierung mit 

Erfahrungsbericht des Studierendenwerkes
(Claus Konrad, Leitung Hochschulgastronomie)



Was ist eaternity ?

= Programm zur Umweltbilanzierung von Rezepten

Ziel: ein Ernährungssystem schaffen, das innerhalb der Belastungsgrenzen der Erde liegt

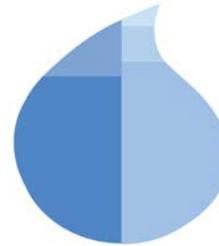
- 2008 an der **ETH Zürich** ins Leben gerufen
 - Gründer*innen: Judith Ellens und Manuel Klarmann
- **eigene Datenbank** zur Berechnung der Umweltauswirkungen von Nahrungsmitteln
 - regelmäßige Aktualisierung nach neuesten Forschungsergebnissen
- kann **30 Tage kostenlos** getestet werden
 - verschiedene Zugänge zur Vollversion

Bilanzierung der Gerichte nach



Klima-Score

- alle Treibhausgase, die mit der Lebensmittelproduktion zusammenhängen werden in CO₂-Äquivalenten ausgedrückt und zusammengerechnet



Wasserbilanz

- Berechnung des knappen Wassers, das für die Produktion nötig ist
- stark abhängig vom Produktionsort



Vita Score

- Beurteilung der Rezepte aufgrund vorhandener Nährstoffe anhand von Risikopunkten
- Ziel: ernährungsbedingte Krankheiten minimieren



Regenwald

- Beurteilung der Zutaten aufgrund ihrer Wirkung auf den Regenwald
- z.B. Palmöl oder Futtermittelanbau



Klima Score von Eaternity

- Berücksichtigung der Emissionen der gesamten Produktionskette einer Zutat:
Produktion, Transport, Lagerung, Verarbeitung, Konservierung, etc.



Klima Score Award

- Eaternity bewertet Rezept nach **eigener Skala** und vergibt **Klima Score Awards** ↗
→ Hinweis: Verrechnung mit dem Nährwert eines Rezeptes



	<u>Legende</u>	<u>Erklärung</u>	<u>Für eine einheitliche Portion (1.6 FoodUnit)</u>
5-Wolken:	Mindestens 50% besser als der Durchschnitt	Liegt im Ziel einer klimafreundlichen Ernährung	Besser als 629 g CO ₂ eq = A
4-Wolken:	Besser als der Durchschnitt	Auf der Zielgeraden einer klimafreundlichen Ernährung.	Besser als 1258 g CO ₂ eq = B
3-Wolken:	Schlechter als der Durchschnitt	Liegt unter dem Durchschnitt einer klimafreundlichen Ernährung.	Besser als 2667 g CO ₂ eq = C
2-Wolken:	Doppelt so viel als der Durchschnitt	Vermeiden reduziert CO ₂ -Bilanz um 20%	Schlechter als 2667 g CO ₂ eq = D
1-Wolke:	Teil der Schlechtesten 10%	Vermeiden reduziert CO ₂ -Bilanz um 10%	Schlechter als 4853 g CO ₂ eq = E

Beispiel: Linsengemüse mit Wienerle

- ✓ Zutaten des gesamten Rezeptes eingeben

Rezept Zurück  

	Linsengemüse mit Wienerle	
	 Majoran	0.2 g
	 Muskat	0.2 g
Wienerle	 <input type="text" value="Schwein"/>	0 g

Zeile hinzufügen

REZEPTUR MENGE

- +

-  Schwein
-  Schwein (Brust)
-  Schwein (Filet)
-  Schwein (Geschnetzeltes)
-  Schwein (Hackfleisch)
-  Schwein (Halsbraten)
-  Schwein (Kotelett)
-  Schwein (Schnitzel)
-  Schwein (Schnürli)
-  Schwein (Schulterbraten)
-  Schwein (Schwarte)
-  Schwein (Wurstfleisch) ←

Beispiel: Linsengemüse mit Wienerle

- ✓ Zutaten des gesamten Rezeptes eingeben
- ✓ Menge einer Zutat anpassen

Rezept [Zurück](#)  

	Linsengemüse mit Wienerle	
	 Majoran	0.2 g
	 Muskat	0.2 g
Wienerle	 Schwein (Wurstfleisch)	120 g

[Zeile hinzufügen](#) 

REZEPTUR MENGE

1 Portion  

-  Schwein
-  Schwein (Brust)
-  Schwein (Filet)
-  Schwein (Geschnetzeltes)
-  Schwein (Hackfleisch)
-  Schwein (Halsbraten)
-  Schwein (Kotelett)
-  Schwein (Schnitzel)
-  Schwein (Schnürli)
-  Schwein (Schulterbraten)
-  Schwein (Schwarte)
-  Schwein (Wurstfleisch)

Beispiel: Linsengemüse mit Wienerle

- ✓ Zutaten des gesamten Rezeptes eingeben
- ✓ Menge einer Zutat anpassen
- ✓ Zutat individuell anpassen

The image shows a user interface for configuring a product. On the left, a list of ingredients is shown under the heading 'ANGABEN PRO PORTION'. A 'Bearbeiten' button is next to the 'Schwein ...' entry. An arrow points from this button to a configuration panel on the right. The panel is titled 'Produkt "Schwein (Wurstfle..." konfigurieren' and has a 'Speichern' button. The configuration panel includes several sections with dropdown menus:

- NAME DES PRODUKTES:** A text input field containing 'Schwein (Wurstfleisch)'.
HERSTELLER: An empty text input field.
- HERKUNFTSLAND:** A dropdown menu with 'Deutschland' selected.
- TRANSPORT:** A dropdown menu with 'Boden' selected.
- HERSTELLUNG:** A dropdown menu with 'Bio' selected.
- KONSERVIERUNG:** A dropdown menu with 'tiefgefroren' selected.
- VERARBEITUNG:** A dropdown menu with 'Bitte auswählen' selected.
- VERPACKUNG:** A dropdown menu with 'Plastik' selected.

Below the configuration panel, the 'ANGABEN PRO PORTION' section lists the following values:

ANGABEN PRO PORTION	
Nährwert	281 kcal
Klima Score	5 icons (4 orange, 1 grey)
CO ₂ Emissionen	528 g CO ₂ äq
Wasser Bilanz	5 icons (4 blue, 1 grey)
Knappes Wasser	18,44 Liter
Gewicht	120 g

Auswertung: Linsengemüse mit Wienerle

Mit einem Klick in den **Namen des Rezeptes** werden die Werte der verschiedenen Kategorien angezeigt.

	Linsengemüse mit Wienerle		
Linsen + Gemüse		Wasser	200 g
		Linsen	100 g
		Margarine	1 g
		Gemüsebouillon	4 g
		Karotten	50 g
		Knollensellerie	50 g
		Kartoffeln	50 g
		Lauch	30 g
		Tomatensugo	30 g
		Zwiebeln	25 g
		Petersilie	2 g
Gewürze		Senf	5 g
		Essig	2 g
		Salz	0.5 g
		Pfeffer	0.5 g
		Thymian	0.2 g
		Majoran	0.2 g
		Muskat	0.2 g
Wienerle		Schwein (Wurstfleisch)	120 g

Montag 4. April
Linsengemüse mit Wienerle

[Als Favorit markieren](#)

ANGABEN PRO PORTION

Nährwert 539 kcal 

Klima Score  >

Vita Score  >

Wasser Bilanz  >

Regenwald 

Gewicht 670.6 g



Auswertung: Linsengemüse mit/ohne Wienerle



Dieses Rezept produziert 541g (41%)
WENIGER CO₂ pro Portion als ein
durchschnittliches Rezept.

Bewertung 

CO₂ Emissionen 779 g CO₂äq

Auszeichnung

mit einem Paar Wienerle



Dieses Rezept produziert 475g (48%)
WENIGER CO₂ pro Portion als ein
durchschnittliches Rezept.

Bewertung 

CO₂ Emissionen 515 g CO₂äq

Auszeichnung

mit einem Wienerle



Dieses Rezept spart 410g CO₂ pro
Portion ein. Es produziert 62%
WENIGER CO₂ als ein
durchschnittliches Rezept.

Bewertung 

CO₂ Emissionen 251 g CO₂äq

Auszeichnung

Ohne Wienerle



Warum eine CO₂-Bilanzierung?

- Betriebsintern: Bewusstsein für Klimawirkung der einzelnen Produkte bekommen
→ Gerichte klimafreundlicher gestalten
- CO₂-Bilanz der Gerichte nach außen kommunizieren
z.B. durch kleine Aufsteller mit prägnanten Statements

Ziel: Bewusstsein und Wissen zu Umweltauswirkungen von Nahrungsmitteln bei Mitarbeitern und Gästen erhöhen und es ermöglichen die Umweltauswirkungen in Essensauswahl miteinbeziehen

Fragen?

Best-Practice-Beispiel 3: Bio-Anteil erhöhen

Das Projekt „Bio für Kinder“ München



Steckbriefe

- Aufarbeitung von lokalen Beispielen für Klimafreundliche Maßnahmen als Inspiration und „How-to“-Anleitung
- Möglichst praxisnah → leichter Transfer
- Inkl. lokaler Ansprechpartner
- Werden ständig erweitert und auf der Homepage von KARLA veröffentlicht: www.reallabor-karla.de (Unterseite: Klimafreundliche Kantinen)



Steckbrief
Klimafreundliche Kantinen



KARLA
Karlsruher Reallabor
Nachhaltiger Klimaschutz

CARITAS VERBAND KARLSRUHE JUGENDGÄSTEHaus ST. HIJDEGARD
KONZEPT: WEITERGABE VON LEBENSMITTELN DURCH FOODSHARING

Einordnung	Ca. 80 Essen pro Tag (jeweils Frühstück, Mittagessen, gekochtes Abendessen) für Jugendgäste (von Montag bis Freitag)
Konzept der Essensausgabe	Frühstücksbuffet Snackbuffet mittags Warmes Abendessen wird geschöpft; Salate, Brot / Brötchen und Nach-tisch in Buffetform
Lieferanten/Caterer	<ul style="list-style-type: none">• Hauseigene Köche• Gerichte mit Verwendung von frischen, regionalen und saisonalen Produkten
Best-Practice-Beispiele	<ul style="list-style-type: none">• Konzept zur Weitergabe von Lebensmitteln: Kooperation mit Food-sharing
Zusammenarbeit bei	<ul style="list-style-type: none">• Fragebögen erstellen zu vegetarischer Ernährung• CO₂-Bilanzierung der Gerichte und Kommunikation darüber
Ansprechperson	<ul style="list-style-type: none">• Frau Eger (HWL), r.eger@caritas-karlsruhe.de• Frau Krämer (Küchenleitung)

DAS KONZEPT IM DETAIL:

Das Jugendgästehaus arbeitet seit September 2020 mit der Initiative Foodsharing zusammen. Begonnen haben die Hauswirtschaftsleitung und die Küchenleitung des Jugendgästehauses zunächst damit, zu versuchen, so viel wie nötig, aber so wenig wie möglich zu kochen. Dennoch blieben einige Lebensmittelreste übrig, die weggeworfen werden mussten. Um die Entsorgung von Lebensmittelspesen zu verringern, wurde Kontakt mit der Initiative Foodsharing in Karlsruhe aufgenommen.

Zunächst fanden ein paar persönliche Vorab-Gespräche mit Foodsharing zu den folgenden Fragen statt:

- Wie oft sollen Lebensmittelspesen abgeholt werden?
- Welche Speisen fallen an?
- Wie soll die Abholung erfolgen?

Nach Klärung dieser Fragen wurde eine **Rechtsvereinbarung** für Foodsaver geschlossen, sodass die Verantwortung und gegebenenfalls Haftungsfragen der Lebensmittelreste ab dem Zeitpunkt der Abholung nicht mehr bei dem Jugendgästehaus liegt (und diese damit auch nicht mehr für diese haftet).

Folgende Lebensmittel werden an Foodsharing abgegeben:

Ausblick

- Weitere Future Bowl im Juni/Juli mit neuen Fachinputs (Themenabfrage von heute als Grundlage plus Anregungen aus Einzelgesprächen)
- Organisation von Kantinenbesuchen
- Ausarbeitung von neuen Steckbriefen
- Individuelle Betreuung von einzelnen Kantinen

In Kontakt bleiben

- Alle TeilnehmerInnen von heute erhalten das Protokoll plus Folien und Steckbriefe
- Alle heutigen TeilnehmerInnen verbleiben auf einer „Interessentenliste“ und bekommen Ankündigung für zukünftige Angebote/Events (wer dies nicht möchte bitte mail schicken an laurine.basler9@kit.edu)
- Neue TeilnehmerInnen können sich direkt bei uns melden um in den Verteiler aufgenommen zu werden

Ihre Ansprechpartner:Innen

Projektleitung:

Oliver.Parodi@kit.edu

Sarah.Meyer@kit.edu

Koordination:

Handlungsfeld 1: Volker.Stelzer@kit.edu

Handlungsfeld 2:

- TE1 „Klimaschonendes berufliches Reisen“: Marius.Albiez1@kit.edu
- TE2 „Nachhaltiger Klimaschutz im Bauwesen“: Andreas.Seebacher@kit.edu
- TE3 „Fachkräfte für den Klimaschutz“: Volker.Stelzer@kit.edu
- TE4 „Klimafreundliche Kantinen“: Annika.Fricke@kit.edu
- TE5 „Automobilfreihere Mobilität“: Felix.Wagner@kit.edu

Handlungsfeld 3: Felix.Wagner@kit.edu

Danke für Ihr Kommen und Ihre Aufmerksamkeit!

