



## Selbstgemacht und nachhaltig Last-Minute-Geschenkidee

### Badekugeln



Die Geschäfte haben geschlossen und Du suchst noch ein schönes und kreatives Geschenk für Freund\*innen und Familie?

Diese Bade-„Kugeln“ sehen nicht nur toll aus, Du kannst sie **ganz einfach** mit ein paar Zutaten aus dem Supermarkt selber machen!

Sobald Du sie ins Badewasser legst, fangen sie an zu sprudeln.

**Das Gute:** Sie enthalten keine fragwürdigen Inhalts- oder Duftstoffe und kein Mikroplastik. Mit **Mikroplastik** sind winzig kleine Plastikteilchen (kleiner als 5 Millimeter) gemeint, das oft Pflegeprodukten – wie Badekugeln – zugesetzt wird. Es besteht meist aus dem knappen Rohstoff **Erdöl**. Über unser Abwasser gelangt Mikroplastik in natürliche Gewässer. Da es nicht biologisch abbaubar ist, verbleibt es **hunderte Jahre in der Umwelt**. Tiere, die es mit ihrer Nahrung aufnehmen, können daran sehr krank werden.

### Für die Badekugeln brauchst Du Folgendes:

- 200 g Natron
- 100 g Zitronensäure (als Pulver)
- 50 g Speisestärke
- 50 g Bio-Kokosöl
- Ätherisches Öl
- Lebensmittelfarbe
- Eiswürfelformen

#### Für die Verpackung:

- Leere und saubere Einmachgläser mit Schraubverschluss
- Stoffreste
- Bänder
- Schere



## So geht's:

1. Vermische zuerst die **trockenen Zutaten** (Natron, Zitronensäure, Speisestärke, *pulvrige* Lebensmittelfarbe) in einer Rührschüssel.



2. Wenn das Kokosöl fest ist, **schmelze** es im Kochtopf bei niedriger bis mittlerer Hitze (es darf nicht dampfen!).

Gebe nun ein paar Tropfen vom ätherischen Öl zum Kokosöl.

Falls du *flüssige* Lebensmittelfarbe hast, kannst Du sie jetzt auch dazu geben. Sie löst sich noch nicht auf.

3. Mische nun nach und nach **mit einem Teelöffel** die flüssigen Zutaten (dein Kokosöl-Gemisch) unter die trockenen Zutaten. Am Ende entsteht eine pulvrige, sandähnliche Masse.

4. Gib nun die Masse mithilfe von Teelöffeln in die Eiswürfelform und drücke sie fest. Stelle die Formen ein paar Stunden ins **Eisfach**.



Löse die Badekugeln vorsichtig aus der Form und lass sie noch **ein paar Tage trocknen**, bevor Du sie einpackst.



## Für eine schicke Verpackung:

1. Lege die fertig getrockneten Badekugeln in ein Einmachglas und schraube es zu.



2. Schneide aus Deinem Stoffrest ein **Quadrat** aus, das über den Deckel passt und ihn vollständig verdeckt.

3. Binde ein **Band** unter den Rand des Deckels, sodass der Stoff hält. Die abstehenden Ecken des Stoffs kannst Du noch ein bisschen nachschneiden.



Fertig!

## Schon gewusst?



Die Vereinten Nationen haben einen Plan beschlossen, in dem steht, was bis 2030 auf der Welt besser werden soll. Dafür wurden **17 Ziele für eine nachhaltige Entwicklung** benannt.

Schau Dir das folgende Video an, darin werden die 17 Ziele kurz erklärt: **17 Ziele**

**Wir können die Ziele für eine bessere Welt nur erreichen,  
wenn *alle* mitmachen!**

**Durch selbstgemachte Kosmetika kannst Du zu sauberem Wasser beitragen,  
also Ziel Nummer 6.**