

März-Mai 2021 | S\$4.50

# Impulse

THE MAGAZINE FOR THE GERMAN-SPEAKING COMMUNITY IN SINGAPORE

## THEMA NACHHALTIGKEIT

### ZERO WASTE

UNSERE TIPPS ZU WENIGER ABFALL

### FARMING SINGAPORE STYLE

WO DER ACKER NICHT  
AUF DER ERDE IST

### REPAIR KOPITIAM

LOVE IT? FIX IT!

MIT  
GROSSEM  
VERANSTALTUNGS-  
KALENDER

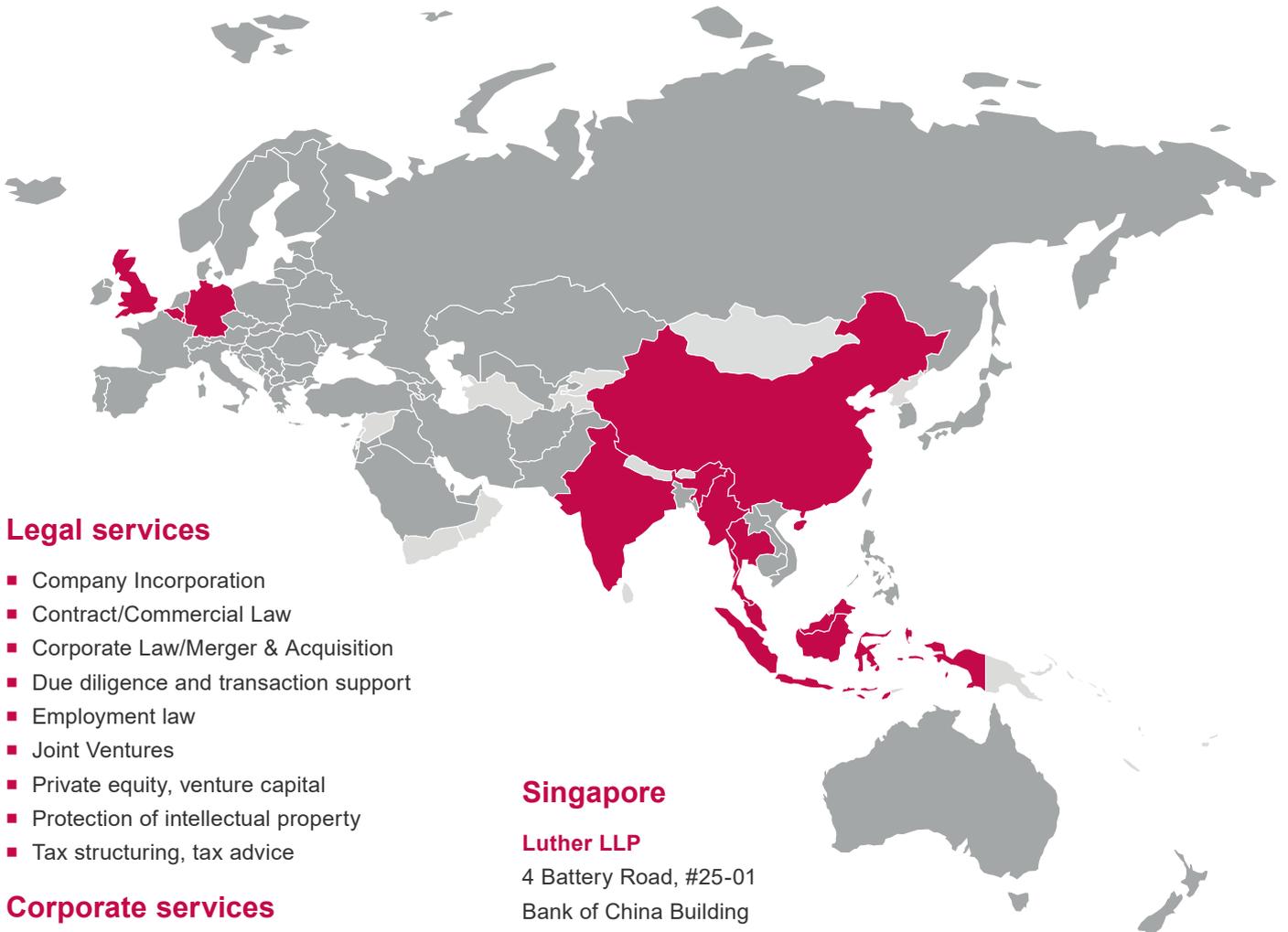
NEW REGULAR  
DEALING WITH  
GERMANS

PLANET OR PLASTIC?  
AUSSTELLUNG IM  
ART SCIENCE MUSEUM

SEMBAWANG  
HOT SPRINGS  
HEISSES FUSSBAD

# Our and our local partners' offices in important European and Asian markets

The shown locations are either Luther legal or corporate services offices and/or offices of our local co-operation partners. We have a global outlook, with offices in ten key economic and financial centres in Europe and Asia. We also maintain close relationships with leading corporate law firms worldwide. This way, we ensure a seamless service for our clients throughout their demanding international projects.



## Legal services

- Company Incorporation
- Contract/Commercial Law
- Corporate Law/Merger & Acquisition
- Due diligence and transaction support
- Employment law
- Joint Ventures
- Private equity, venture capital
- Protection of intellectual property
- Tax structuring, tax advice

## Corporate services

- Accounting & Financial Reporting
- Business establishment
- Cash, fund & payment administration
- Company Secretarial Services
- Dissolution, deregistration
- Human resources & payroll administration
- Immigration and work permit matters
- Individual and corporate tax compliance

## Singapore

### Luther LLP

4 Battery Road, #25-01  
Bank of China Building  
Singapore 049908  
singapore@luther-lawfirm.com

### Luther Corporate Services Pte Ltd

25 International Business Park  
#02-78/79 German Centre  
Singapore 609916  
singapore@luther-services.com  
Phone: +65 6408 8000, Fax: +65 6408 8001

■ Luther locations  
■ Best friends



Bangkok, Berlin, Brussels, Cologne, Delhi-Gurugram, Dusseldorf, Essen, Frankfurt a.M., Hamburg, Hanover, Kuala Lumpur, Jakarta, Leipzig, London, Luxembourg, Munich, Shanghai, Singapore, Stuttgart, Yangon

Legal and Tax Advice | [www.luther-lawfirm.com](http://www.luther-lawfirm.com)  
Corporate Services | [www.luther-services.com](http://www.luther-services.com)



Luther.



Coverfoto: Kerstin Schulze, Singapur  
www.marzel-photography.com

## IMPRESSUM

**Chefredaktion** Sabine Gebele-Pham, Katrin Heidt  
**Redaktionsteam** Robert Heigermoser, Andrea Jöstingmeier, Christiane Krink, Margit Kunz, Ilka Lorenz, Lili Mae, Laura Ohrndorf, Alexandra Pfaff, Sandra Schwelach, ViNi, Dr. Anja Wacker, Dr. Johanna Wanka, Dr. Paul Weingarten  
**Gastbeitrag** Kirsten Jahn  
**Anzeigen** Claudia Figge-Kästner, Stefanie Stula  
**Fotos** Kerstin Schulze, Impulse-Team  
**Grafik** Gudrun Reiss  
**Social Media & Website** Sabine Mennicke, Laura Ohrndorf, Prisca Reitz

Editor: editor@impulse.org.sg  
 Sales: sales@impulse.org.sg  
 Design: design@impulse.org.sg  
 Production: KHL Printing Co Pte Ltd

Publication: German Association – Deutsches Haus,  
 4 Battery Road, #25-01 Bank of China Building,  
 Singapore 049908

E-Mail: info@german-association.org.sg  
[www.impulse.org.sg](http://www.impulse.org.sg)

Opinions and views expressed by contributing writers are not necessarily those of the publisher. The publisher reserves the right to edit contributed articles as necessary. Material appearing in Impulse is copyrighted and reproduction in whole or in part without express permission from the editor is prohibited. All rights reserved ©. Impulse magazine is published by German Association – Deutsches Haus and distributed to the German-speaking community in Singapore. MCI (P) 069/10/2020

Die nächste Print-Ausgabe erscheint voraussichtlich im Juni 2021.

Informationen zum Redaktions- und Anzeigenschluss unter editor@impulse.org.sg oder unter sales@impulse.org.sg

**Impulse** – The Magazine for the German-speaking Community in Singapore is the leading German language magazine published in Singapore and provides up-to-date information on cultural and social events in Singapore as well as on tourist destinations in the country and the region. Furthermore, it serves as a platform for sharing information within the German-speaking social and business communities, comprising more than 10,000 expatriates.

**Distribution** – The magazine is endorsed by the German Embassy. The Magazine for the German-speaking Community in Singapore are sent to expatriate households and other organisations servicing expatriates. The magazine is also available at the following locations / German institutions: German Embassy • Austrian Embassy • Swiss Embassy • Singaporean-German Chamber of Industry and Commerce • German Centre for Industry and Trade Pte Ltd • Selected German companies • German Association – Deutsches Haus • Swiss Club • Swiss School • German European School Singapore • German-speaking Protestant and Catholic Churches

**Deutschsprachige Institutionen und Organisationen:**  
[www.impulse.org.sg/?page\\_id=3280](http://www.impulse.org.sg/?page_id=3280)

## Liebe Leserinnen und liebe Leser,

**S**chauen Sie sich einmal um: Wie viele Sachen aus Plastik können Sie in Ihrer Umgebung sehen? Sie sehen schnell, Plastik ist aus unserem Leben nicht mehr wegzudenken, und es findet sich auch in Bereichen, in denen wir es wirklich nicht finden sollten!

Kürzlich haben wir beschlossen, dass unser Balkon mehr Leben und Grün braucht. Zu unserer großen Freude haben sich in unseren Blühpflanzen auch bald neue Nachbarn angesiedelt: ein Pärchen *Sunbirds* war oft in unserer Bougainvillea anzutreffen. Eines Morgens war es unübersehbar, in der Luft stehend haben die höchsten zehn Zentimeter großen, grün-gelb gefiederten Vögel mit dem Bau eines typischen flaschenförmigen Nestes begonnen. Sie sehen das Nest auf unserem Titelblatt. Aus Zweigen und Pflanzenteilen entstand ein filigranes Bauwerk, das wie ein Tropfen am Zweig hängt und nach unten mit einem Bart ausläuft. Zu guter Letzt entstand über der kreisrunden Nestöffnung ein kunstvolles Arrangement aus gekreuzten Ästchen. Das zukünftige Elternpaar will ja vor Wind und Wetter beim Füttern geschützt sein, oder ist es nur eine individuelle Verzierung?

Wir haben den Fortschritt am Nest unserer gefiederten Baumeister genau beobachtet. Ihre Anwesenheit hat uns täglich ein Lächeln ins Gesicht gezaubert – bis wir ganz genau hinsahen. Dann ist uns doch das Lachen fast vergangen. Die Baumeister hatten feine blaue Plastikstreifen kunstvoll in das Nest verflochten. Entsetzt stellten wir fest, Plastik ist wirklich überall, auch da wo es nichts zu suchen hat.

„Jetzt ist das Nest auch noch wasserdicht“, hat ein Freund gescherzt. Positiv betrachtet sieht man wie anpassungsfähig und erfinderisch die Natur ist. Auf der anderen Seite führt dieses Beispiel uns aber vor Augen, dass wir als Gemeinschaft verantwortungsbewusster und nachhaltiger mit unseren natürlichen Ressourcen umgehen müssen.

Damit sind wir schon mitten im Schwerpunktthema dieser Ausgabe über Nachhaltigkeit. Das IMPULSE-Team hat ein Magazin mit viel Wissenswerten zu diesem Thema zusammengestellt: Was passiert mit dem Müll in Singapur? Wie kann der Einzelne zu einem nachhaltigen, *Zero Waste*-Lebensstil finden? Eine Möglichkeit wäre vielleicht einmal im *Repair Kopitiam* vorbeizuschauen, ein gebrauchtes Möbelstück umzufunktionieren oder ein Gärtchen auf dem Balkon anzulegen? Mit den Beiträgen *Planet or Plastic?* und „*Am Ende der Welt*“ schauen wir über Singapur hinaus. Das ist nicht alles.

Wie immer runden wir das Heft mit Themen zur Geschichte und Natur ebenso wie mit unseren Rubriken im Serviceteil ab. Ganz neu ist auch unsere englische interkulturelle Kolumne **Dealing with Germans**, von nun an immer auf der letzten Seite.

Wir wünschen viel Spaß beim Lesen und Schmökern,

*Sabine Gebele-Pham  
 und Katrin Heidt*



Fotos: Kerstin Schulze

THEMA **NACHHALTIGKEIT**



16



42



18



12



14



39



22

**Editorial und Impressum**

**Can Read Lah!**

Kim Jiyoung, Geboren 1982  
von Cho Nam-Joo

**Lili Mae**

Hallo Leute, ich bin's Lili Mae

**Nachhaltigkeit**

Einleitung

**Singapur 30 by 30:**

Initiativen für die Landwirtschaft

**Die Nachhaltigkeits-Szene in Singapur**

Interview mit Carolin Barr

**Farming Singapore Style:**

Wo der Acker nicht auf der Erde ist

**Der Weg des Mülls**

Der Wertstoffkreislauf in Singapur

**Aus Alt mach Neu:**

Upcycling-Ideen für Zuhause

**Love it? Fix it! Gemeinsam reparieren**

im REPAIR KOPITIAM

**Unsere Tipps zu weniger Müll im Einklang mit Singapurs Zero Waste Masterplan**

Planet or Plastic?

Ausstellung im Art Science Museum

**„Am Ende der Welt“ ... können wir viel lernen**

Buchbesprechung

Buchbesprechung

Buchbesprechung

3

5

7

9

10

11

12

14

16

18

20

22

24

**Events**

Veranstaltungskalender der German Association

26

**Was ist los in Singapur?**

Allgemeine Veranstaltungen

32

**Aus der Community**

Ein Beitrag der GESS Schulgemeinschaft zur Nachhaltigkeit

28

SSiS: Trage Kindness in die Welt

28

Deutsche Botschaft

29

Österreichische Botschaft

29

Schweizer Botschaft

29

Evangelische Gemeinde

31

Katholische Gemeinde

31

**Service**

Vorstellung der NEUEN regionalen Freihandelsabkommen

34

**Geschichte und Wissen**

Die heißen Quellen in Sembawang

36

**Gesundheit**

Was macht die Corona Pandemie mit unserer Psyche?

39

**Do It Yourself**

Rezept: Sauce Hollandaise

40

**Natur**

Tarnen und Täuschen

Überlebensstrategien in der heimischen Tierwelt

42

**Regular**

*Your Culture – My Culture – Our Exchange – Dealing with Germans*

47

**Firmenporträts**

Unsere Corporate Members stellen sich vor:

LBBW

8

Paulaner

19

AHK

30

Messe Düsseldorf

35



Vier Ausgaben zum Preis von 18 Singapur-Dollar bequem per Post nach Hause.

**Impulse**

Hier geht's zum Abonnement

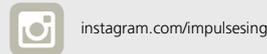
Die German Association bedankt sich bei folgenden Mitgliedern für ihre kontinuierliche Unterstützung.

Das Impulse Magazin wird herausgegeben von der German Association – Deutsches Haus

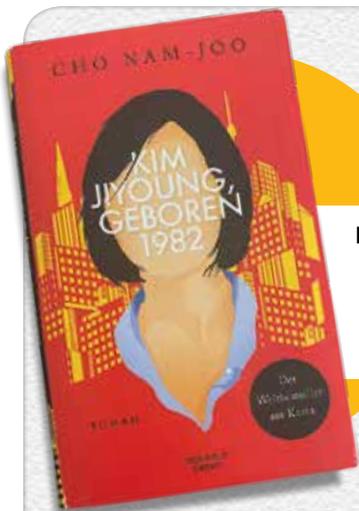
Premium Mitglieder



Luther.



Impulse Magazine is published by German Association – Deutsches Haus



# CANREADLAH!

TEXT: SABINE GEBELE-PHAM

## Die Banalität der Benachteiligung von Jederfrau

**KIM JIYOUNG, GEBOREN 1982** ist der Debütroman der Koreanerin **Cho Nam-Joo**, der 2016 auch auf Deutsch erschienen ist.

**Das Buch beginnt mit einer fast schon an Kafkas Verwandlung erinnernden Szene.** Eines Morgens hat sich Jiyoung, die

Protagonistin, in Sprechweise und Gestik so stark verwandelt, dass ihr Mann sich sofort an Jiyoungs Mutter erinnert fühlt. Verwandelt traut sich Jiyoung endlich gegen die Regeln der Älteren und ihre Benachteiligung als Frau in der Familie und der Gesellschaft aufzubegehren. Doch wie kommt es zu dieser Verwandlung?

Der Leser wird chronologisch durch das unspektakuläre, fast schon gewöhnliche Leben der Hauptdarstellerin von ihrer Kindheit und Jugend zum Berufs- und späteren Eheleben im Korea der 1980er bis 2010er Jahre geführt. In klarer, einfacher Sprache ergibt sich ein Bild ihres Lebens und den wiederkehrenden Benachteiligungen; erst gegenüber ihrem Bruder, später gegenüber ihren männlichen Klassenkameraden und Arbeitskollegen. Sie ist eine von zwei Schwestern, die sich immer alles teilen müssen, während der jüngere Bruder Spielsachen, Kleidung und Wünsche sofort ungeteilt erfüllt bekommt. Sie ist die

Tochter, die vom Vater für die nächtlichen Nachstellungen eines aufdringlichen Klassenkameraden verantwortlich gemacht wird. Sie ist die hochmotivierte Angestellte, die bei der Beförderung gegenüber männlichen Kollegen nicht zum Zuge kommt. Das Ereignis, das zur Verwandlung führt, spielt sich ab als die Hauptdarstellerin nach anstrengender Geburt mit ihrem Kleinkind und dem schlafenden Baby im Kinderwagen zum ersten Mal seit langem mit einem billigen Becher Kaffee in der Sonne auf einer Parkbank sitzt. Sie wird von einer Gruppe junger Angestellter als „Mum-roach“ bezeichnet, in Anlehnung an den englischen Begriff der *cockroach*, in der deutschen Übersetzung „Schmama-rotzer“. Auch beschuldigen die jungen Geschäftsmänner sie hinter vorgehaltener Hand, die Zeit mit Tagträumen zu vertrödeln und das Geld ihres Mannes zu verschwenden.

Obwohl sich in Korea seit den 1990er Jahren einiges getan hat in Sachen Gleichberechtigung von Mann und Frau, resümiert die Protagonistin des Romans Jiyoung jedoch illusionslos: „all die kleinen Regeln, Selbstverständlichkeiten oder Gewohnheiten innerhalb der Gesellschaft hatten sich nicht erkennbar geändert.“

Wenn auch einige patriarchische Verhaltensweisen speziell auf die koreanische Gesellschaft zutreffen, wird auch der europäische Leser sich in vielen der Begebenheiten wiederfinden.

Mit Millionen verkaufter Exemplare ein lesenswertes Buch, das durch die gezeigte Alltäglichkeit der Benachteiligung zum Nachdenken über Gleichberechtigung anregt.

# Ihre neue internationale Arztpraxis

mit deutschsprachigem Arzt



Wir sind eine hausärztliche Praxis, die eine umfassende allgemein medizinische Versorgung für Erwachsene, Jugendliche, Kinder und Babies anbietet. Osler Health International wurde aus der Überzeugung heraus gegründet, dass Menschlichkeit und Einfühlsamkeit zum Herzstück einer exzellenten medizinischen Versorgung gehören. In unserer Boutique-Arztpraxis widmet sich unser freundliches Team ganz Ihrer Gesundheit, mit dem Ziel Ihnen und Ihrer Familie eine individuelle und persönliche Betreuung mit optimaler Behandlung zu gewährleisten.



**Dr. Peter Chiu**  
MD (Vienna, Austria), Dip (Family Med) (Singapore)  
Medizinische Ausbildung: Heidelberg, Wien, Singapur  
Sprachen: Englisch, Deutsch, Mandarin, Kantonesisch

**Be  
Well**

Raffles Hotel Arcade und Star Vista  
☎ +65 6332 2727 ✉ [raffles@osler-health.com](mailto:raffles@osler-health.com)  
🌐 [www.osler-health.com](http://www.osler-health.com)

**OSLER HEALTH**  
INTERNATIONAL

Hallo Leute! Ich bin's:

Lili Mae!

**K**aum ist der Weihnachtsbaum zusammengeklappt, die Christbaumkugeln in großen Kisten verstaut und die letzten Lebkuchen aus dem Kühlschranklager verspeist, rüsten Supermärkte und Straßen-Dekorationen auf *Chinese New Year (CNY)* um. Ausnahmezustand.

Viele Geschäfte und Dienstleister sind an den Feiertagen geschlossen, das sind wir gar nicht gewohnt. Condos bieten rechtzeitig zum Frühjahrsputz einen Container zum Entsorgen unseres Schrotts an, der sich seit letztem CNY angesammelt hat. Ich hab doch tatsächlich keinen Termin beim Friseur mehr bekommen. Und das für die nächsten drei! Wochen. Mandarinenbäume und Weidenkätzchen, wohin man nur schaut, rote Laternen und kitschige Wanddekorationen mit Cartoon-Ochsen.

Wenn Ihr dies lest, sind die Feierlichkeiten schon wieder vorbei, aber das Jahr des Metall-Ochsen dauert noch an. Wir befinden uns also jetzt im Jahr Nummer zwei des Chinesischen Zodiacs. Glück sollen wir generell alle haben in diesem Jahr, habe ich gelesen. Aber es soll auch viel Anstrengung nötig sein, um überhaupt irgendetwas zu erreichen. Trotzdem bringt das Jahr Karrierefortschritt, Wohlstand und Wohlbefinden. Wer flexibel und zu allem bereit ist, wird auftretende Probleme gut meistern. Na, dann los!

In meinem persönlichen Horoskop steht, es wird ein großartiges Jahr in Sachen Liebe und Karriere. Ich habe mir nur das Positive herausgepickt. Macht Ihr das auch so, wenn Ihr Horoskope lest?

Ich kann mich einfach nicht entscheiden, ob ich diese Vorhersagen glauben soll oder nicht. Spaß macht es auf jeden Fall.

Was also bringt uns das Jahr des Metall-Ochsen? Eine fantastische Reise in ein unbekanntes Land oder zu den Lieben im Heimatland wahrscheinlich nicht. Die große Geburtstagsparty eher auch nicht.

Aber ich habe schon einige Punkte auf meiner Liste, auf die ich mich richtig doll freue: ein *Cruise To Nowhere* steht auf meinem Terminplan. Vielleicht erzähle ich Euch beim nächsten Mal darüber. Außerdem möchte ich meine Singapur-Reiseführer und *bucket-lists* abarbeiten, damit ich "meine" Stadt endlich richtig kennenlernen. Wir gehen Campen in Pasir Ris am Strand. Traumhaft schön! Und endlich hat das East Coast Lagoon Food Village wieder geöffnet, *Hawker* mit *beachfront view* und *seating*! Auf dem Balkon habe ich wieder verschiedene Töpfe mit Kräutersamen aufgestellt und schaue gefühlt alle fünf Minuten nach, ob schon etwas zu sehen ist. Ob was wächst, kann ich Euch beim nächsten Mal erzählen.

**Und was macht Ihr so?**

## Klimaschutz: Emissionen runter, Investitionen rauf

Text und Fotos: LBBW

**Die LBBW wird ab 2021 vollständig klimaneutral. Dieses Ziel erreicht die Bank, indem sie weiter konsequent ihre CO<sub>2</sub>-Emissionen reduziert und den unvermeidlichen Rest kompensiert. Dabei setzt die Bank nicht auf den Kauf von Emissionszertifikaten, sondern investiert selbst in Aufforstung.**

Konkret beteiligt sich die LBBW mit 3,5 Millionen US-Dollar an dem global aktiven Aufforstungsfonds Arbaro Fund. Die Mittel des Fonds fließen in langfristige Aufforstungsprojekte in Lateinamerika und Afrika. Neben dem positiven Klimaeffekt tragen die Investitionen zum Schutz der Umwelt und der sozialen Belange der Bevölkerung im Umfeld der Projekte bei. Gemeinsam mit der LBBW hat auch der von der UN initiierte Grüne Klimafonds (*Green Climate Funds/GCF*), das größte und zentrale multilaterale Instrument der internationalen Klimaschutzfinanzierung, in den Arbaro Fund investiert.

### Auch der UN-initiierte Grüne Klimafonds investiert

„Mit der Klimaneutralität erreichen wir nun einen weiteren Meilenstein in unserem Nachhaltigkeitsengagement“, sagt Thomas Rosenfeld, Vorsitzender der Geschäftsleitung der LBBW Asset und Wealth Management und Vorsitzender des LBBW-Nachhaltigkeitsrates. „Indem wir eigenes Kapital in einen Aufforstungsfonds investieren, statt Zertifikate zu kaufen, gehen wir einen deutlichen Schritt weiter als unsere Wettbewerber. Auf diese Weise untermauern wir unseren Anspruch, zu den nachhaltigsten Universalbanken in Europa zu gehören.“

Der Arbaro Funds berechnet die Kohlenstoffspeicherung seiner Wälder auf Basis der Richtlinien des Weltklimarats IPCC. Zusätzlich werden international anerkannte Zertifizierungsverfahren wie VCS oder der vom WWF und anderen Umweltverbänden entwickelte „Gold-Standard“ eingesetzt, um die Kompensationswirkung seiner Projekte verlässlich zu ermitteln. Die mit Hilfe des LBBW-Investments während der 15-jährigen Laufzeit des Fonds gepflanzten Bäume entlasten die Atmosphäre in Summe um rund 350.000 Tonnen CO<sub>2</sub>. Zudem schafft das Projekt alleine in Westafrika 2.000 Arbeitsplätze mit fairer Bezahlung. Tony Clamp, Direktor Private Sector Facility des GCF, erklärt, das Projekt des Arbaro-Fonds sei ein gutes Beispiel dafür, wie der Privatsektor eine zentrale Rolle bei der nachhaltigen Bewirtschaftung der Wälder in Entwicklungsländern spielen könne. „Das Projekt des Arbaro-Fonds zielt darauf ab, die Treibhausgasemissionen zu reduzieren, indem der Druck auf natürliche Ökosysteme verringert wird und gleichzeitig die lokalen Gemeinschaften durch die Schaffung von Beschäftigungsmöglichkeiten gestärkt werden“, sagt Clamp. „Wir wollen die derzeitige Unterlastung des Privatsektors bei der Finanzierung des Waldschutzes umkehren“.



### LBBW bereits seit 1992 aktiv

Klimaschutz hat bei der LBBW eine lange Tradition. Bereits 1992 legte sie als eine der ersten Banken einen Umweltbericht vor, 2013 verabschiedete sie eine Klimastrategie, 2019 zählte sie zu den Erstunterzeichnern der Klimaschutz-Selbstverpflichtung des deutschen Finanzsektors.

In ihrer Klimastrategie setzt die LBBW zunächst auf einen möglichst CO<sub>2</sub>-schonenden Umgang mit Ressourcen im Geschäftsbetrieb, beispielsweise durch die Optimierung von Gebäudetechnik und IT-Hardware oder die Auswahl von regionalen Produkten und Lieferanten. Dadurch konnte der CO<sub>2</sub>-Fußabdruck der Bank in den vergangenen zehn Jahren bereits um rund ein Viertel verkleinert werden. Seit 2019 kümmert sich ein eigenes Team von engagierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern darum, den Fußabdruck weiter zu schrumpfen.

Des Weiteren möchte die Bank mit ihren Dienstleistungen emissionsarmes Wirtschaften fördern, etwa mit der Finanzierung von Erneuerbaren Energien. Im abgelaufenen Jahr flossen fast 90 Prozent der Projektfinanzierungen im Energiesektor in *Renewables*. Mit der Investition in internationale Aufforstungsprojekte kommt ab 2021 eine weitere Komponente hinzu.

### Schlüsselrolle als Bank im Wirtschaftskreislauf nutzen

Neben dem Klimaschutz umfasst das Nachhaltigkeitsengagement der LBBW zahlreiche weitere Dimensionen. Denn Nachhaltigkeit ist seit 2017 einer der vier zentralen Pfeiler der Geschäftsstrategie. Seitdem arbeitet die Bank systematisch daran, Nachhaltigkeit in allen Konzernbereichen und Geschäftsfeldern zu verankern. Beispielsweise baut die Bank ihre Beratung und ihr Produktangebot sowohl für nachhaltige Geldanlage als auch für „grüne“ Finanzierungen kontinuierlich aus. Schon jetzt verwaltet sie Kundengelder in Höhe von rund 23 Milliarden Euro unter nachhaltigen Kriterien. Erst kürzlich startete ein Beratersteam, das Unternehmen bei der Entwicklung nachhaltiger Geschäftsmodelle und dem Einsatz passender Finanzierungsinstrumente unterstützt.

Darüber hinaus richtet die LBBW auch ihr Emissionsgeschäft zunehmend nachhaltig aus und gehört in Deutschland zu den Vorreitern bei Green und Social Bonds mit einem ausstehenden Volumen von mehr als 5 Milliarden Euro. „Wir verstehen die Herausforderungen, denen sich die Wirtschaft und die Gesellschaft als Ganzes stellen müssen. Deshalb wollen wir unsere Schlüsselrolle im Wirtschaftskreislauf nutzen, um Kapitalflüsse auf den Umbau einer nachhaltigen Wirtschaft auszurichten und das Thema auch bei unseren Kunden voranzubringen“, fasst Thomas Rosenfeld zusammen.



# NACHHALTIGKEIT



**N**achhaltigkeit als Handlungsprinzip hat viele Facetten. Ursprünglich wurde der Begriff in der Forstwirtschaft verwendet und bedeutet, dass nicht mehr Holz aus dem Wald entnommen wird, als wieder nachwachsen kann.

Beginnend mit der Ölkrise in den 70er Jahren des vor-herigen Jahrhunderts wurde erkannt, dass viele unserer Ressourcen endlich sind. Seither wird Nachhaltigkeit als allgemeines Handlungsprinzip dahingehend verstanden, dass **nicht mehr Ressourcen aus einem System entnommen werden, als wieder ersetzt werden können**. Was bedeutet nun Nachhaltigkeit hier in Singapur für uns? Wir sind der Frage nachgegangen und haben einige Aspekte der Nachhaltigkeit für Euch zusammengestellt.

Wir beginnen mit dem **Weg des Mülls** und geben Anregungen dazu, was der Einzelne zum Thema **Zero Waste** beitragen kann – zum Beispiel durch **Upcycling** oder dem Besuch im **Repair Kopitiam**.

Spannend sind auch die Artikel zu den Themen, wie in Singapur Landwirtschaft betrieben wird und die Informationen zur Nachhaltigkeitsszene in Singapur.

Mit dem Bericht über die Ausstellung **Planet or Plastic?** widmen wir uns diesem globalen, menschengemachten Problem.

Und auch im letzten Beitrag zur Nachhaltigkeit wagen wir den Blick über Singapurs Grenzen hinaus. Beziehungsweise nicht wir persönlich, sondern die Korrespondentin Lena Bodewein, die über ihre vielfältigen Reisen in Südostasien ein lesenswertes und trotz des ernstesten Themas – es geht um Klimakrise und Umweltverschmutzung – unterhaltsames Buch geschrieben hat. Eine ausführliche Rezension im Beitrag „**Am Ende der Welt**“.

**Das alles und noch viel mehr erfahrt Ihr in unserem Themen-Schwerpunkt. Wir wünschen Euch viel Spaß beim Lesen, interessante Einsichten in Singapurs Bemühungen zur Nachhaltigkeit und die eine oder andere Anregung für den eigenen Alltag.**

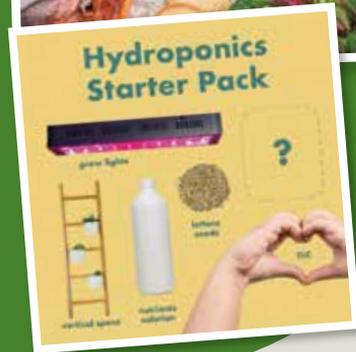
Jurong Lake  
Gardens  
Foto:  
Gudrun Reiss



# Singapurs 30by30 Initiativen für die Landwirtschaft

TEXT: ALEXANDRA PFAFF

**Singapurs Regierung hat ehrgeizige Ziele: Bis zum Jahr 2030 sollen 30 Prozent der im Inselstaat benötigten Lebensmittel vor Ort hergestellt werden**



**B**is heute importiert Singapur den Großteil seiner Lebensmittel aus dem Ausland und stellt nur rund 10 Prozent der benötigten Menge selbst her. Wie schnell ein solches Abhängigkeitsverhältnis auch einmal kritisch werden kann, zeigte sich in den vergangenen Monaten. Zwar garantierte die Regierung stets, dass alle benötigten Lebensmittel in Lagern auf der Insel ausreichend vorhanden sind, dennoch blieb das ein oder andere Supermarktgagal auch einmal leer.

Ein Grund mehr für die Regierung, ihre bereits im März 2019, also ein Jahr vor der Pandemie, kommunizierte Initiative 30 by 30 weiter voranzutreiben. Dabei soll der Fokus auf der lokalen Produktion von Eiern, grünem Blattgemüse, Obst und Fisch liegen.

In unserer letztjährigen Mai-Ausgabe berichteten wir bereits ausgiebig über den Wunsch Singapurs nach mehr Selbstversorgung und den verschiedenen angelaufenen Initiativen: Hochhäuser für Gemüse, in denen in meterhohen Gerüsten vertikal angebaut wird. Eierproduzenten, die bereits 27 Prozent des benötigten Bedarfs vor Ort produzieren. Fischfarmen, die vom Staat bezuschusst werden, um von derzeit 10 Prozent auf 40 Prozent Eigenproduktion zu kommen.

Doch wie kann der Anbau von Obst und Gemüse erweitert werden, wenn man gerade dafür Platz benötigt, ein seltenes Gut in Singapur? Aktuell wird gerade einmal ein Prozent der Inselfläche für Landwirtschaft genutzt. Es ist Kreativität gefragt! Ob Dächer von Parkhäusern, Shopping Malls oder leerstehende alte Schulgelände, überall wo Platz ist werden Flächen zu Anbau-Flächen!

Ebenso werden neue Technologien zur Effizienzsteigerung dringend benötigt und bereits entwickelt. Pflanzenarten müssen gezüchtet werden, die höchst ertragreich sind und gleichzeitig widerstandsfähig. Dafür müssen die optimalen Wachstumsbedingungen präzise erforscht werden. Hat man diese, kann man die dafür notwendigen Gewächshäuser konzipieren. Gewächshäuser, in denen die Temperatur

reguliert werden kann und die mit speziellen LED-Lichtern ausgestattet sind, werden vom Staat besonders gefördert. Hier scheint eine ganz neue Industrie zu entstehen!

Die Regierung unterstützt mit zweistelligen Millionenbeträgen lokale Produzenten, die mit hocheffizienten Anbausystemen daran arbeiten, ihre Produktion schnell zu erweitern. Dass zuvor bereits dreistelligen Millionenbeträge in Forschung und Entwicklung investiert wurden, verwundert nicht weiter.

Zuschüsse des *Agriculture Productivity Fund* spornen bereits bestehende Farmen dazu an, ihre Technologie kontinuierlich zu verbessern und dabei gleichzeitig Kosten einzusparen. Auch müssen die Arbeitnehmer, die dann in diesen neuen, zukunftsorientierten Bereichen arbeiten, eine zusätzliche Ausbildung erfahren. Dafür hat Singapurs Regierung eigens staatlich geprüfte Kurse entwickelt, um in *Agricultural Technology* und *Aquaculture* an designierten Hochschulen auszubilden oder bestehendes Wissen durch ein *SkillsFuture Program* weiter auszubauen, letzteres vom Staat finanziell unterstützt.

**Letztendlich wichtig ist jedoch, dass das größere Angebot auch auf eine größere Nachfrage trifft, dass die Bevölkerung zunehmend auch *made in Singapore* kauft!**

Die *Singapore Food Agency* (SFA) arbeitet daran, das Bewusstsein für lokale Produkte zu schärfen und auf die Vorteile hinzuweisen. So bietet das von der SFA initiierte und überwachte *SG Fresh Produce* eine gute Orientierungshilfe beim Einkauf lokal produzierter Produkte. Das runde Logo in den rot-weißen Farben Singapurs findet man bereits beim Großverteiler *Fair Price*, aber auch in kleineren Geschäften auf *wet markets* oder in MRT-Stationen.

Zudem soll es in Zukunft wieder mehrmals jährlich einen *SG Farmers' Market* geben, wo sich lokale Unternehmen präsentieren können.

Parallel zu allen Initiativen ist es ein weiteres Ziel der Regierung, alle Bürger mit einzubeziehen – sie nicht nur zu animieren, lokale Produkte zu kaufen, sondern auch selbst anzubauen, aus Singapurs Bürgern Kleingärtner zu machen. Das Klima hilft, schließlich gibt es keine Jahreszeiten und man muss sich beim Anbau lediglich auf Gemüse und Obst konzentrieren, das unter den tropischen Bedingungen hier gedeiht. Da die meisten Singapurere in Wohnungen leben, hat der Staat über NParks in einer Aktion bereits Starter-Kits mit Gemüsesamen verschickt, damit jeder in seinem kleinen Mikrokosmos auf seinem Balkon etwas anpflanzen kann.

Es bleibt also spannend und sicherlich wird sich Singapur noch einiges einfallen lassen, um 30 by 30 auch tatsächlich zu erreichen. ■

Fotos: Online Aktionskampagne der Singapore Food Agency (SFA) und Werbung zum Aufruf Hobbygärtner zu werden.

30 BY 30

# DIE NACHHALTIGKEITSSZENE IN SINGAPUR

Interview mit Carolin Barr

TEXT UND INTERVIEW: JOHANNA WANKA



**I**m letzten Jahr ist die noch junge Nachhaltigkeits-Szene in Singapur wegen oder trotz der Corona-Krise stark gewachsen. Es lohnt sich genauer hinzuschauen, um Möglichkeiten aufzuzeigen, wie man eine umweltbewusstere Lebensweise in Singapur leben oder starten kann.

Heute stellen wir die Deutsche Carolin Barr vor, deren Ziel es ist, bewusste Konsumenten und Firmen oder Initiativen im Namen der Nachhaltigkeit zusammenzubringen. Carolin Barr brachte im Juli 2020 die App *susGain* auf den singapurischen Markt, die umweltbewusstes Handeln und Konsumieren mit Punkten, *Cashback* und Spenden belohnt. Nach einigen Auslandsjahren zurück im Stadtstaat, stellten sie und ihr singapurischer Mann fest, dass es anderswo schon mehr Bewusstsein für Umwelt und Nachhaltigkeit gibt und dass sie das gerne in ihrer Wahlheimat Singapur ändern möchten.



Die App listet viele umweltbewusste Alternativen in Singapur auf (momentan mehr als 1000). Sie macht es einfach, das Richtige für sich zu finden: vom *Beach Clean-Up* oder *Community Garden* über Geschäfte und Restaurants, die eine nachhaltigere Auswahl sowohl an *Second-Hand-* und *Zero-Waste-* Artikeln als auch an veganen, biologisch angebauten oder fair gehandelten Produkten anbieten. Weiter aufgeführt werden lokale Produzenten bis hin zu sozial verantwortlichen Firmen, die Benachteiligte fördern. Zur leichten Orientierung kann man in seiner Umgebung, in verschiedenen Kategorien und nach bestimmten Nachhaltigkeitskriterien suchen. An unsere Kaufgewohnheiten angepasst, kann die App sowohl für den Einkauf in Geschäften als auch online genutzt werden.

Wir trafen uns für ein Gespräch im *Social Space Chinatown*. Das ist nicht nur ein nettes Café mit veganer und biologischer Karte, in dem Inklusion vorgelebt wird, sondern auch ein Laden mit lokalen, *Fair-Trade* und *Zero-Waste* Produkten. Ich wäre an dem Café sicherlich vorbeigefahren, ohne zu wissen, welche Schätze hier auch menschlich schlummern. Genau das ist der Charme der App: Man bekommt nachhaltigere Vorschläge für Aktivitäten, Ausgehen und Shoppen, Recycling- und Upcycling-Sammelstellen und noch vieles mehr, ohne sich selbst tiefgehend damit beschäftigen oder suchen zu müssen.

## Carolin, was möchtest Du mit Deiner App erreichen?

Mir liegt es am Herzen, die Kluft zwischen Umweltwissen und Umwelthandeln zu schließen. Vielen Menschen ist es ein Anliegen, dass sich etwas ändert. Sie wollen bewusster mit unserer Umwelt und ihren Mitmenschen umgehen, aber sie wissen nicht so recht, was sie tun können oder wie sie starten sollen. Das möchte ich mit der App ändern.

## Wie funktioniert das mit dem Punktesystem und Cashback?

In Asien sind *Rewards* Programme sehr beliebt und die Menschen haben Spaß an der Herausforderung, möglichst viele Punkte zu sammeln und Rabatte zu bekommen. Das ist für die meisten die Anfangsmotivation oder der Spaßfaktor für nachhaltiges Handeln. Für „bewusstere Aktivitäten“ wie Recycling, Freiwilligenarbeit oder das Mitbringen von Mehrwegtaschen oder Gefäßen sammelt man Punkte. Bei jedem Einkauf in den aufgelisteten Geschäften (on- & offline), bekommt man einen Rabatt und derselbe Prozentsatz

wird automatisch auch an eine lokale Wohltätigkeitsorganisation der Wahl gespendet.

## Was ist Nachhaltigkeit für Dich?

Wir orientieren uns an den 17 *Sustainability Development Goals* der Vereinten Nationen und haben daraus acht Nachhaltigkeitskategorien abgeleitet, die für den Konsumenten einfach nachvollziehbar sind. Unternehmen, die bei uns gelistet sein möchten, müssen die Kriterien für mindestens einen dieser acht Nachhaltigkeitskriterien erfüllen: *3R (Reduce, Reuse, Recycle)*, *Locally Sourced/Made*, *Fair Trade Products*, *Organic*, *Vegan*, *Socially Responsible*, *Carbon Conscious*, *Responsible Investment*. Wir führen mit den Unternehmen eine Nachhaltigkeitsanalyse durch und verlangen von ihnen nachweisbare Belege für alle Aussagen vorzulegen.

Nachhaltigkeit ist ein komplexes Thema und die Kriterien können manchmal auch im Widerspruch zueinander stehen – zum Beispiel die Bio-Tomate aus den USA, die viel Kohlendioxid beim Einfliegen produziert im Vergleich zur lokalen nicht Bio-Variante. Wir versuchen daher nicht wertend zu sein, sondern geben stattdessen jedem Nutzer die Möglichkeit, für sich selbst je nach seinem eigenen Nachhaltigkeitswertesystem zu entscheiden, was die bessere Option ist.

## Die Spanne an Aktivitäten und Angeboten ist ja unglaublich groß...

Ja, es ist mir ein Anliegen, die Vielfalt der Aktivitäten und Bereiche unseres alltäglichen Konsums, die uns hier in Singapur zur Wahl stehen, miteinzubeziehen und die nachhaltigeren Möglichkeiten aufzuzeigen.

Außerdem möchten wir mithilfe der App die *Community* näher zusammenbringen und die Arbeit von verschiedenen Gruppen rund um den *Beach Clean-Up* oder andere ökologisch oder sozial verantwortliche Initiativen für mehr Leute zugänglich zu machen.

## Wie ist Deine App bisher angenommen worden?

Aus den anfangs rund 40 gelisteten Unternehmen und Initiativen sind mittlerweile über 100 geworden. Unsere Nutzerzahlen sind mit derzeit rund 3000 noch klein, aber wachsen stetig.

## Was sind die zukünftigen Projekte?

Dieses Jahr liegt unser Fokus unter anderem darauf, Unternehmen mit unserer App zu unterstützen. In vier- bis sechs-wöchigen *Sustainability Team Challenges* können Mitarbeiter in Teams oder einzeln Punkte sammeln und Firmenpreise gewinnen und somit spielerisch nachhaltiges Handeln erleben. Mit solchen Aktionen wollen wir Nachhaltigkeit auch im Geschäftsleben verankern.

## Gibt es etwas, dass Du unseren Lesern noch mit auf den Weg geben möchtest?

Mir ist es ein großes Anliegen mehr Leute zu inspirieren sich für einen nachhaltigeren Lebensstil zu entscheiden. Es ist egal wie klein der erste Schritt ist, wichtig ist, dass sich mehr Leute auf den Weg machen und ihre persönliche „Nachhaltigkeitsreise“ beginnen... unser Planet kann nicht warten!

Herzlichen Dank, Carolin, für das interessante Gespräch.



Fotos: Auslese aus Joannas Rooftop Garden. Mitte: Joanna von WWedibles bei der Arbeit. Rechts: Kräuter-Workshop, Mixen der richtigen Erde für die Kräuter.

## Farming Singapore Style Wo der Acker nicht auf der Erde ist

TEXT: KIRSTEN JAHN, FOTOS: KIRSTEN JAHN, JOANNA CHUAH

### Von vertikalen Gärten und anderen alternativen Anbauformen

**Wo Grund und Boden ein so knappes Gut ist wie in Singapur, muss auch der Anbau von Gemüse anders als in der klassischen, flächenintensiven Bewirtschaftung wie in Deutschland organisiert werden: Es geht in die Höhe. So entstehen Anbauflächen auf Dächern, auf Hochbeeten, in Parkanlagen und im vertikalen Garten. Wir stellen Euch hier einige Beispiele dieser Anbaukulturen vor. Doch es kommt noch besser: Ihr könnt bei einer Verkostung mit der German Association selbst aktiv werden!**

#### **Roof-top Farming – oder aufstehen wenn das Condo noch schläft**

Noch vor Sonnenaufgang steigt die 25-jährige Joanna Chuah hinauf auf ihren *Roof-top Garden* mitten in Singapur. Hier brummt es bereits in einem dichten Dschungel von frischgrünen Pflanzen, zarten Blüten, reifen oder noch wachsenden Früchten. Seit 2016 betreibt die 25-jährige Rechtsanwältin ihre eigene Landwirtschaft mit asiatischen und mediterranen Pflanzen und Kräutern auf einer Dachterrasse, mitten in Singapur. Der morgendliche Rundgang zum Wässern und Kontrollieren gehört fest zu Joannas Tagesprogramm und auch das frühe Aufstehen vor ihrem zwölf Stunden Arbeitstag tut Joannas Leidenschaft keinen Abbruch.

Besonders angetan haben es ihr die essbaren Blüten, die von der trendigen Gastronomie in Singapur gut nachgefragt werden. Die Restaurants waren es auch, die Joannas lokalen Gemüseanbau unter der Marke **Weird & Wonderful Edibles (WWedibles)** beim Start den nötigen Schub gaben. War Joanna vor fünf Jahren noch eine der ganz wenigen *Roof-top-Farmers*, stößt diese Form des Gärtnerns heute auf breites Interesse, bei Restaurants und Shops, die gerne Frisches und Lokales anbieten – und bei Privatleuten mit Spaß am Gärtnern und einer Abneigung gegen industriell behandeltes Grün.

In zehn bis fünfzehn Workshops pro Jahr gibt die junge Inhaberin von WWedibles ihr Wissen weiter. Auch wir drei deutschen Expat-„Mädels“ hier in Singapur wollten wissen, was man machen muss, damit Rosmarin nicht sofort verkümmert und Pfefferminz und Laksa ebenfalls gedeihen. Die Antworten haben wir im lauschigen und

überdachten Vorgarten hinter der Holland Village MRT gefunden. Hier betreibt Joanna ihr Geschäft und hier veranstaltet sie auch die Workshops, die bei den Basics beginnen: Zuerst einmal müssen nämlich die Ableger an genau der richtigen Stelle von der Mutterpflanze abgeschnitten werden und der richtige Nährboden muss durch Mixen von verschiedenen Erden selbst hergestellt werden. Ist aber viel einfacher, als es sich anhört und auch wirklich interessant, denn zu jeder Frage hat Joanna – oder auch mal eine der anderen Teilnehmerinnen – eine Antwort parat. Ein detaillierter Erfahrungsaustausch, so dass wir zuversichtlich sind, die frisch eingepflanzten grünen Leckereien auch groß zu bekommen. Im Übrigen, die Antworten lauten: Rosmarin ist ein mediterranes Gewächs und mag es trocken und karg. Also, vor den Singapurur Sturzregen in Sicherheit bringen. Pfefferminz und Laksa mögen es nass (Laksa wächst wild in den Reisfeldern), brauchen daher viel Wasser und eine Erde, die dieses auch hält. ■

#### **EXKLUSIVER HERBS & SOIL WORKSHOP**

Mit Joanna, der passionierten Gärtnerin und Gründerin von **Weird & Wonderful Edibles**

**Samstag, 10. April (09:00 bis 11:30 Uhr)**

Für Mitglieder der German Association, Abonnenten der Impulse & Freunde

**Infos und Anmeldung unter: [german-association.org.sg/Events](http://german-association.org.sg/Events)**



## Keine Dachterrasse oder Balkon zu heiß? Das Hochbeet im Park als Alternative für alle

Wer mag, kann sich um eine kleine Gartenfläche in Form eines Hochbeets von 2,5 x 1 Meter in einem öffentlichen Park bewerben. Grundsätzlich(!) haben auch Expats da eine Chance, denn das System ist offen für alle. Aber, und klar, Citizens und PRs haben ein Vorrecht. Das kann man ja auch verstehen, denn keiner möchte die Beete im Park nach zwei bis drei Jahren verwaist sehen. Auch hier boomt der grüne Trend und Singapur plant, diese Flächen in den nächsten Jahren zu verdoppeln. Wie so vieles in Singapur sind auch die *allotment plots* gut durchdacht: Mal ganz abgesehen davon, dass man sich dank des Hochbeets nicht bücken und die Knie ruinieren muss, gibt es auch gleich die Pflanzerde dazu und eine kleine Stauffläche fürs Gartenwerkzeug darunter. Die Mietdauer sind jeweils drei Jahre, für nur um die 60 Singapur-Dollar pro Jahr. Das Schöne ist, dass diese grünen Flecken nicht nur den Gärtnern vorbehalten sind, sondern ein jeder Spaziergänger sich daran erfreuen und vielleicht ja auch etwas lernen kann. Aber bitte nicht naschen! Das Pflücken ist verständlicherweise nicht erlaubt und die eine oder andere Ananas hat auch einen stabilen Schutz aus Stahlgitter. Würde ich auch machen, wenn die Ananas bei mir Wohlstand und Glück bedeutete! ■



## Vertikale Gärten – Woran denken Sie, wenn Sie davon hören?

**Kommt ganz drauf an, könnte die Antwort lauten, ob ich deutsch oder singapurisch denke. Tatsache ist nämlich, dass in Deutschland bei diesem Stichwort vor allem Begrünungen an Hauswänden gemeint sind, die erstens ästhetisch und zweitens gut für das örtliche Klima sind.**

Das trifft zwar auf Singapur auch zu, doch haben vertikale Gärten hier noch eine ganz andere Bedeutung: Sie dienen auch der Versorgungssicherheit mit Lebensmitteln.

Im vergangenen Oktober ging die vertikale Farm Commonwealth Green in Jurong an den Start. Hier werden Pflanzen in 2,4 Meter hohen Säulen aufgezogen, sortenrein getrennt nach Salat, Grünkohl, Mangold und Kräutern. Das Internet der Dinge überwacht per Sensoren, dass der Nährstoffmix optimal ist und die Pflanzen weder über- noch unterversorgt werden. Die Produkte aus den 3.100 Säulen in der Nähe des Jurong Lakes sind unter dem Label *Just Produce* zum Beispiel schon bei RedMart zu finden.

Ein anderer Pionier der vertikalen Landwirtschaft ist die deutsche Firma &ever, die im 4. Quartal 2021 eine Mega-Farm mit 15 Meter hohen Pflanzenregalen in Changi in Betrieb nimmt. Hier sollen pro Jahr 500 Tonnen Salate, Kräuter und Kresse produziert und an Hotels, Restaurants und Einzelhändler geliefert werden. Die Ware ist kontinu-

ierlich, das ganze Jahr über erhältlich und deckt knapp fünf Prozent des lokalen Bedarfs, ein riesiger Schritt für Singapur.

Allen vertikalen Farmen gemein ist, dass die Pflanzen sehr ressourcensparend aufgezogen werden: Es wird nur ein Bruchteil des üblichen Wassers und Düngers verwendet, Pestizide müssen gar nicht eingesetzt werden. Die Beleuchtung ist energieeffizient und das „Grünzeug“ behält seine Wurzeln, bis es im Restaurant oder beim Konsumenten zur Verarbeitung ankommt, alle Vitamine und Mineralstoffe sollen so erhalten bleiben. Zweifel an diesem Anbau unter Laborbedingungen zerstreut &ever. Die deutsche Firma versichert vielmehr, dass die nahezu perfekten Bedingungen ein besonders intensives Geschmacksprofil garantieren. Klingt gut – und wer sich davon überzeugen mag, ist Ende des Jahres herzlich eingeladen! ■

Fotos: Vertikaler Garten in Singapur (Copyright: Zakaria Zainal 2020)

**&ever  
lädt zur  
exklusiven  
Verkostung  
ein!**

Ende des Jahres können sich Mitglieder der German Association und Abonnenten der Impulse vom Geschmack der Mega-Farm Salate & Kräuter überzeugen. Erkundigen Sie sich rechtzeitig hier: [german-association.org.sg/Events](https://www.german-association.org.sg/Events)



**eb** EUROPEAN  
BEDDING

32 ENG HOON STREET, SINGAPORE    WWW.EUROPEANBEDDING.SG  
OPENING HOURS: MONDAY-FRIDAY (9AM-6PM), SATURDAY-SUNDAY (10AM-7PM)



## Der Weg des Mülls Der **Wertstoffkreislauf** in Singapur

TEXT: JOHANNA WANKA

**Habt ihr Euch eigentlich auch schon mal gefragt, was mit dem Müll passiert, den wir so bequem im Condo über den Müllschacht entsorgen?** Und wer in einer neuen Wohnanlage wohnt,

kann sogar seine Wertstoffe über einen anderen Schacht entsorgen.

ICH muss in den Keller um unser Glas, Plastik, Papier oder Metall in die jeweiligen

Tonnen zu sortieren, um dann die Müllkutscher zu beobachten, wie sie alles wieder in einen großen Container zusammenwerfen und wegfahren. Kein Wunder, dass meine Nachbarn es mit dem Sortieren nicht so genau nehmen. Und vieles landet auch einfach im Restmüll, eben weil es so bequem von der Wohnung aus zu entsorgen ist. Da blutet einem ein bisschen das deutsche Abfall-Sortier-Herz. Aber, was bringt das ganze Ausspülen und Sortieren eigentlich und wohin kommen die Wertstoffe in Singapur? Werden sie tatsächlich recycelt und wenn ja zu wie viel Prozent?

Ich begab mich auf die Suche nach Antworten und wurde schnell bei der *National Environment Agency* (NEA) fündig.

Fangen wir mit den (Haushalts-) Wertstoffen an: Sie werden zusammen (ja, tatsächlich zusammen) in eine Fabrik, die *Materials Recovery Facility*, gebracht, in der vor allem manuell am Fließband sauberes Plastik, Papier, Metall und Glas sortiert und dann in Gebinden zur Weiterverwertung an die Recyclingfirmen geschickt werden. Wen Bilder oder Videos interessieren, findet auf der Website der NEA oder *youtube* einiges. Auch Hinweise, was nicht in die blaue Tonne gehört sind hier zu finden: Lebensmittel und Flüssigkeiten, verschmutzte Materialien, Papiertaschentücher, Keramik, Porzellan, Styropor und alles was aus mehr als einem Material gemacht ist.

Im Jahre 2019 wurden in Singapur 7,23 Millionen Tonnen Müll weggeworfen, davon 1,87 Millionen Tonnen aus unseren Haushalten. Das sind fast 1kg Abfall pro Person pro Tag!! Darin enthalten sind ungefähr zwei Teller voll Essen!



Die Hälfte des Gesamtmülls (ohne Bauschutt) ist Verpackungsabfall: Pappe, Papier und Plastik. Während Papier immerhin zu 44 Prozent recycelt wird, sind es bei Plastik nur vier Prozent.

Metalle werden zu 99 Prozent recycelt, aber auch Glas hat mit 14 Prozent einen sehr geringen Anteil. Die Gesamtrecyclingrate der Haushalts-Wertstoffe lag 2019 bei 17 Prozent.

#### Warum ist die Recyclingrate in Singapur so niedrig, vor allem beim Verpackungsmüll?

Die **Recyclingrate von Plastik** in Höhe von vier Prozent ist nicht gerade viel und spiegelt nicht die technischen Möglichkeiten der Plastikwiederverwertung wider. Es mag daran liegen, dass wir unsere Softdrink-Plastikflaschen und Joghurtbecher nicht (ordentlich) ausspülen. Sie müssen sauber sein, sonst nimmt sie der Recycler nicht an. Die niedrige Recyclingrate hängt aber hauptsächlich mit dem großen weltweiten Angebot an Altplastik vor allem aus den USA und Europa zusammen, dem eine fehlende Nachfrage gegenübersteht, denn der Recyclingmarkt ist global. Bei niedrigen Rohölpreisen ist Recycling nicht wirklich wirtschaftlich. Hinzu kommen die strengen Auflagen für den Import nach China und das Importverbot von Altplastik in immer mehr asiatische Länder, sodass wir letztlich auf dem Plastik sitzen bleiben...

Dass die **Recyclingraten von Glas und Papier** so gering sind, wird damit erklärt, dass es weder eine Nachfrage nach Altpapier noch nach recyceltem Papier gäbe.

Zum Vergleich: In Deutschland wird Pappe und Glas zu fast 100 Prozent wiederverwertet – im eigenen Land. Hier jedoch werden die meisten Wertstoffe zur Wiederverwertung exportiert und unterliegen dadurch dem globalen Wettbewerb.

#### Verbrennung des Restmülls

Die Wertstoffe und der Restmüll, die nicht zum Recycler geschickt werden können – über 40 Prozent des Gesamtabfalls oder ca. 7.600 Tonnen pro Tag – landen in einer der vier Verbrennungsanlagen. **Die Müllverbrennung reduziert zum einen das Volumen des Mülls auf zehn Prozent und zum anderen wird dadurch**

**Strom erzeugt.** Die Verbrennung deckt etwa zwei bis vier Prozent des Strombedarfs von Singapur.

Interessant ist, dass Singapur bereits in den 70er Jahren seine erste Müllverbrennungsanlage gebaut hat, als zweites Land Asiens, nach Japan. Erst 1968, im Zuge der großen *Keep Singapore Clean Campaign*, wurde der Müll aus den Flüssen gefischt und von den Straßen geräumt und eine flächendeckende Müllentsorgung eingeführt. Aufgrund des fehlenden Hinterlandes wurde schnell klar, dass kein Platz für große Mülldeponien vorhanden ist. Die momentan aktive Mülldeponie ist seit 1999 in Betrieb und befindet sich auf oder besser gesagt zwischen den zwei Inseln Pulau Semakau und Sakeng, genannt Semakau Landfill. Eine wasserundurchlässige Spezialmembran trennt eine Fläche von 350 Hektar mit einem Volumen von 63 Millionen Kubikmeter vom Meer ab. Die Deponie sollte eigentlich bis 2045 reichen. Aber aufgrund gestiegener Population und geänderten Konsumverhalten, sprich hin zur Wegwerfgesellschaft, wird die Deponie bei einer momentan täglichen Lieferung von etwa 2.100 Tonnen, die vor allem aus Verbrennungsrückständen bestehen, wohl nur noch bis 2035 reichen. Wegen der Auswirkungen des Covid-19 bedingten gestiegenen Lieferverpackungsmülls wird sie noch früher voll sein...

Diese weltweit einzige off-shore Mülldeponie ist aber auch wegen ihrer Nähe zu Korallenriffen und Mangroven bemerkenswert, einem Lebensraum, der sehr empfindlich auf Schadstoffe reagiert. Dass seit Inbetriebnahme der Deponie die Vielfalt an Korallenarten und Riffbewohnern weiterhin mit einer Fülle an Formen und Farben gedeiht, spricht für die umweltbewusste Handhabung der Rückstände im Semakau Landfill. Seit 2005 (momentan wegen Corona ausgesetzt) ist Semakau der Öffentlichkeit zur Besichtigung, aber auch zur Vogelbeobachtung und zum Riffwandern zugänglich. Und gleichzeitig versucht die NEA dem Besucher die Problematik wachsender Müllberge, die Notwendigkeit der Müllreduktion und des Recyclings nahe zu bringen.

Wer mehr über Semakau lesen möchte, findet übrigens im Impulse Archiv ([www.impulse.org.sg](http://www.impulse.org.sg)) in der Januarausgabe 2008 einen wundervollen Artikel dazu. ■

Fotos: National Environment Agency.

Linke Seite: Korallenriff auf Semakau, Foto: Ria Tan/Wild Singapore

# Aus Alt mach Neu: Upcycling-Ideen für Zuhause

TEXT: LAURA OHRNDORF, FOTOS: CHRISTIAN MATEUS; PIXABAY

**„Wow, coole Tasche!“ – „Danke, die ist aus Müll gemacht“. Wer hätte gedacht, dass Abfallprodukte irgendwann mal schick werden können? Tja, Upcycling macht's möglich! Stylish, kreativ, vielseitig und vor allem eins: nachhaltig. Ein Trend, der definitiv einen Daumen-Hoch verdient hat. Beim Upcycling werden alte Gebrauchsgegenstände, Möbel, Kleidungsstücke oder sogar Müll in etwas Neues, Besonderes verwandelt. Hier kommen fünf tolle und einfache Upcycling-Ideen für Zuhause.**

Alte Holzmöbel werden im Shabby-Chic-Stil zu einzigartigen Hinguckern.



## 1. Einzigartige Möbel

Aufgewertete Möbel sind das Paradebeispiel des Upcycling-Trends. Denn ein altmodischer Schrank, eine ausgediente Kommode oder ein zerkratzter Tisch lassen sich im Handumdrehen in ganz besondere Eyecatcher verwandeln. Oft genügen schon Kleinigkeiten, wie etwa bunte, schwarze oder goldene Griffe, um dem alten Möbelstück einen neuen Look zu verpassen. Dafür (wenn möglich) die Griffe abschrauben und mit der entsprechenden Farbe beziehungsweise Lack anseln. Es darf ein bisschen mehr sein? Dann versucht es doch mal mit dem Shabby-Chic-Stil. Einfach nacheinander verschiedene Farben auftragen (toll sehen zum Beispiel Pastelltöne aus) und danach stellenweise mit Schleifpapier wieder abschleifen, bis die unterschiedlichen Farbschichten zum Vorschein kommen. So erhält man die markant rustikale Optik und zaubert sich ruck-zuck ein persönliches Vintage-Einzelstück. Am besten eignen sich für diese Technik alte Möbel aus Echtholz. Ein weiterer Upcycling-Allrounder: die (Einweg-)Holzpalette. Ob als Tisch, Sofa, Bücher- oder Weinregal – die vielseitigen Holzpaletten lassen sich unkompliziert in die verschiedensten Möbelstücke verwandeln und sehen einfach immer stylish aus. Hierbei unbedingt abstehende Nägel oder Schrauben entfernen und Unebenheiten gründlich abschleifen.



Stylish und vielseitig: Möbel aus Holzpaletten.



Eine alte Gießkanne und Gummistiefel eignen sich hervorragend als Blumentöpfe.

## 2. Kreative Vasen und Blumentöpfe

Tetrapacks kann man nicht nur in Mode, sondern auch in hübsche Dekoelemente verwandeln. In Form geschnitten, bemalt oder mit gemustertem Papier beklebt werden die wasserdichten Gefäße im Handumdrehen zu tollen Vasen oder Blumentöpfen umfunktioniert. Genauso geht das natürlich mit alten Glasflaschen, Marmeladengläsern oder Konservendosen. Als kreativer Blumentopf eignet sich übrigens so gut wie alles, was auch nur im Entferntesten als Behälter angesehen werden kann. Zum Beispiel alte Schuhe, Handtaschen oder Gießkannen.

Mode aus Müll:  
Zum Beispiel  
Taschen aus  
geflochtenen  
Tetrapack-  
Streifen.



### 3. Kleidung und Accessoires

So gut wie jeder hat sie im Schrank: Die eine, viel zu ausgebleichene Jeans, das durch und durch löchrige T-Shirt oder die Bluse mit dem fiesem Fleck, der einfach nicht mehr rausgehen will. Aus-sortieren und ab in die Tonne? Nein. Denn dazu hängen wir viel zu sehr an den in die Jahre gekommenen Kleidungsstücken. Also geben wir ihnen doch einfach eine zweite Chance. Zum Beispiel als stylische Umhängetasche, praktische Handyhülle oder individueller Kissenbezug. Anleitungen gibt es im Internet jede Menge und für die meisten muss man definitiv kein Schneider-Profi sein. So wird mit wenigen Handgriffen, ein paar gezielten Schnitten und Knoten aus deiner ausgebleichten Jeans eine schicke Tasche und du kannst dein altes Lieblings-teil wieder voller Stolz ausführen. Upcycling sei Dank! Auch Patches und Bügelbilder sind übrigens wieder voll im Trend und lassen unschöne Flecken oder kleine Löcher optimal verschwinden. Aber nicht nur ausrangierte Kleidung, auch Müll lässt sich wunderbar in Mode verwandeln. So können aus geflochtenen Tetrapack-Streifen oder den Verschluss-Laschen von Getränkedosen ebenfalls coole, einzigartige Taschen und Accessoires entstehen. Der Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt.

### 4. Selbstgemachte Bügelbilder

Dass Bügelbilder wieder im Trend sind haben wir bereits erwähnt. Aber wusstet Ihr, dass man diese auch ganz einfach selbst herstellen kann? Alles was ihr dafür braucht ist eine Schere, Backpapier, ein Bügeleisen, Baumwollstoff und – jetzt kommt's – eine Plastiktüte! Bunte Einkaufsstützen aus Supermärkten oder Klamottenläden können so ganz einfach zu individuellen Bügelbildern umfunktioniert werden. Dafür zunächst ein beliebiges Motiv (zum Beispiel einen oder mehrere Buchstaben, ein Herz oder einfach ein hübsches Muster) aus der Plastiktüte ausschneiden. Dann das Motiv auf den Stoff legen, den ihr bedrucken wollt. Das kann zum Beispiel ein Umhängebeutel oder ein Kissenbezug sein. Wichtig ist nur, dass der Stoff aus 100 Prozent Baumwolle besteht und nicht elastisch ist. Jetzt kommt das Backpapier drauf und dann wird gebügelt. Das erhitzte Bügeleisen am besten so über dem Motiv positionieren, dass dein Bügelbild komplett bedeckt ist. Dann mit etwas Druck für ca. eine Minute leicht hin und her bewegen. Et voilà – fertig ist das bedruckte Einzelstück.

**Dass aus Abfall nachhaltige Mode hergestellt werden kann, haben übrigens auch einige Designer und Unternehmer erkannt.** Die singapurische Marke „August Society“ stellt zum Beispiel hochwertige Schwimmode aus recyceltem Müll her, der aus dem Meer geholt wurde. Alte Nylon-Netze oder Plastikflaschen werden dabei zur idealen Grundlage für nachhaltige Bikinis und Badehosen. **Mehr Infos unter <https://augustsociety.com/>.**

Foto: My Recycled Bags, <https://www.budgetdumper.com>



### 5. Organize it!

Zum Schluss gibt's noch ein paar Upcycling Inspirationen zum Thema Haushalts-Organisation. Wie wäre es zum Beispiel mit einem alten, mit ein paar Haken versehenen Surfbrett oder Skateboard als Schlüsselbrett oder Garderobe? Mit einer Leiter als Handtuchhalter? Einigen zusammengebundenen Büchern als Messerblock oder einer bemalten Gemüseribe als Ohrringständer? Körbe aus Plastiktüten? Lasst Eurer Kreativität einfach freien Lauf und probiert's aus!

Der Upcycling-Trend ist nicht nur nachhaltig, er macht auch noch Riesenspaß. Und das Beste: Ihr verwandelt alte, vermeintlich längst ausgediente Dinge in praktische und stylische Unikate.

**Weitere Inspirationen und Tipps findet Ihr auf Pinterest, Instagram und Co. unter dem Hashtag „Upcycling“. Viel Spaß!**

AUS ALT MACH NEU

# Love it? Fix it!

## Gemeinsam reparieren im **REPAIR KOPITIAM**

TEXT: LAURA OHRNDORF, FOTOS: SUSTAINABLE LIVING LAB PTE LTD.



**W**as macht man mit einem Staubsauger, der nicht mehr funktioniert? Mit einem Stuhl, der auf wackligen Beinen steht oder mit einer Kaffeemaschine, die nur noch trübes Wasser ausspuckt? Hand aufs Herz – ziemlich oft neigen wir zu der Antwort: Weg damit und neu kaufen.

Die günstigere und vor allem nachhaltigere Alternative: reparieren. Am besten zusammen mit geschulten Coaches bei einem leckeren Kaffee beziehungsweise *Kopi* – so das Konzept der **Repair Kopitiam** in Singapur. Bei den vom *Sustainable Living Lab* (SL2) organisierten Reparatur-Treffen wird defekten Haushalts- und Alltagsgegenständen wieder neues Leben eingehaucht und gleichzeitig der Nachhaltigkeitsgedanke in der Gesellschaft gefördert.

Es wird geschraubt, genäht, gehämmert, jede Menge gequatscht und voneinander gelernt. Das Repair Kopitiam bringt Jung und Alt zusammen und sagt Wegwerfkultur und Konsumwahn mit einer geballten Ladung Nachhaltigkeit den Kampf an. Dabei handelt es sich nicht um eine feststehende Einrichtung, sondern um temporäre, ehrenamtlich geführte Reparatur-Werkstätten. In der Regel finden die Treffen jeden letzten Sonntag im Monat statt, zum Beispiel in Tampines, Jurong oder Coral Ris. Genaue Orts- und Zeitangaben des jeweils kommenden Treffens werden frühzeitig via Facebook bekanntgegeben. Die Teilnahme ist vollkommen kostenlos, aber kleine, freiwillige Spenden zur Wertschätzung und Deckung der laufenden Kosten werden natürlich trotzdem gerne entgegengenommen.

Im Repair Kopitiam ist jeder willkommen, denn neben der eigentlichen Reparatur stehen das gesellige Miteinander und die soziale Komponente der Treffen im Mittelpunkt. Die Anmeldung erfolgt direkt vor Ort und nach einer kleinen Einführung geht's auch schon los. Je nach Art und Anforderungen der Reparatur stehen verschiedene Stationen zur Verfügung, an denen die jeweiligen Coaches schon gespannt auf die nächste Herausforderung warten.

### Was kann zum Reparieren mitgebracht werden?

Jeder Besucher kann sich für die Reparatur von zwei verschiedenen Dingen anmelden. Das können elektronische Geräte sein, Haushaltsgegenstände, Anzeigsachen, Spielzeug oder Möbel. Fun-Fact am Rande: Der am häufigsten mitgebrachte Gegenstand ist – wie sollte es im heißen Singapur auch anders sein – der Ventilator. Im Prinzip kann im Repair Kopitiam alles repariert werden, was sich problemlos zum Treffpunkt transportieren lässt. Wer sich unsicher ist, kann die Organisatoren jederzeit kontaktieren (am besten über Facebook) und ihnen ein Foto des defekten Gegenstands zukommen lassen. Natürlich gibt es keine Garantie, dass die Reparatur gelingt, aber in den allermeisten Fällen wird die Antwort der Coaches lauten: „Komm vorbei, wir helfen dir!“ Neben dem Know-how der ehrenamtlichen Coaches werden Werkzeuge und Materialien zur Verfügung gestellt. Das tolle Gefühl nach einer erfolgreichen Reparatur gibt es gratis dazu!

Ganz wichtig: Das Repair Kopitiam ist kein „kostenloser Reparatur-Service“ und sollte auch nicht als solcher verstanden werden. Im Vordergrund steht hier die Hilfe zur Selbsthilfe. Die Besucher lernen unter Anleitung der Profis die Fehlerquelle selbst zu identifizieren und ihre kaputten Schätze eigenständig zu reparieren. *DIY – Do It Yourself* heißt das Motto.



## Gemeinsam gegen die Wegwerfkultur

Die Idee des singapurischen Repair Kopitiam, vergleichbar mit den auf der ganzen Welt stattfindenden Repair Cafés, ist zwar nicht ganz neu, scheint aber aktuell einen regelrechten Hype zu erleben. So sind beispielsweise allein in Deutschland mittlerweile 840 offizielle Repair Cafés gelistet. Tendenz steigend – und das weltweit. Kein Wunder, denn es ist ein Konzept, das heute mehr denn je den Zeitgeist trifft. Geprägt durch eine immer gravierender werdende „Wegwerfkultur“ wächst in unserer Gesellschaft das Bedürfnis nach mehr Nachhaltigkeit und einem wertschätzenden Umgang mit unseren Ressourcen. Gleichzeitig steht – spätestens seit den pandemiebedingten Einschränkungen – DIY wieder hoch im Kurs und es ist eine neue Lust auf Basteln, Werkeln und Selbermachen entstanden. Die perfekte Kombination aller Aspekte: Einrichtungen wie das Repair Kopitiam. Hier werden nicht nur Alltagsgegenstände

vor der Müllhalde bewahrt, sondern auch persönliche Schätze mit emotionalem Wert gerettet. So kommt es nicht selten vor, dass ein geliebtes Kinderspielzeug oder ein Familienerbstück (wie zum Beispiel die Nähmaschine von Oma) eine zweite Chance bekommt. Die ehrenamtlichen Helfer im Repair Kopitiam kennen viele solcher Geschichten und freuen sich nach jeder Reparatur über das Lächeln der stolzen Besitzer.

Übrigens: Wer handwerklich begabt ist und Zeit und Lust hat, kann sich jederzeit als ehrenamtlicher Reparatur-Coach bewerben. Das intensive Repair-Coach-Training findet an insgesamt zehn Sonntagen statt und bereitet die freiwilligen Helfer perfekt auf nahezu jede Reparatur-Herausforderung vor. ■

**Aktuelle Termine und Infos rund um das Repair Kopitiam:**  
<https://www.facebook.com/repairkopitiam>  
<https://repairkopitiam.sg/>

OVER IT? FIX IT!

ADVERTORIAL

**PAULANER**  
BRÄUHAUS  
Singapore



**GUT – BESSER – PAULANER**  
oder wie das Paulaner Bräuhaus Singapur Nachhaltigkeit lebt

„Gut - besser - Paulaner“ - den berühmten Claim gab es damals freilich noch nicht, als die Paulaner Mönche das damalige Paulaner Bier für den Eigenverbrauch des Klosters brauten - aber ein ausgeprägtes Qualitätsbewusstsein, das auch heute noch weltweit für besonderen Biergenuss, hohe Braukompetenz, bayerische Bier- und Gastronomiekultur und die berühmte Münchner Lebensart steht.

Seit über 20 Jahren gibt es das Paulaner Bräuhaus Singapur nun bereits. Jeder der sich mit der Schnelligkeit Singapurs ein wenig auskennt weiss, daß dies eine außergewöhnliche Leistung ist. Langfristiger Erfolg bedeutet für Paulaner langfristiges Engagement: Engagement in der Gesellschaft, langjährige Partnerschaften mit Lieferanten und nachhaltiges Wachstum. Nachhaltigkeit mit Mut zur Innovation ist Paulaners Credo.

Wie wird Nachhaltigkeit denn nun in Singapurs ältester deutscher Micro-Brewery gelebt? Reduce, reuse und recycle sind die Schlagwörter, die Paulaners Nachhaltigkeitsstrategie am besten beschreiben.



### REDUCE

- Sparsamer Umgang mit Ressourcen mit dem Ziel, nachhaltig Energie zu sparen. Insbesondere der Einsparung von Wasser wird erste Priorität eingeräumt
- Maßnahmen zur Abfallreduzierung und -vermeidung
- Zusammenarbeit mit lokalen Partnern und Lieferanten, um lange Transportwege und hohe CO<sub>2</sub> Emissionen zu vermeiden

### REUSE

- Zusammenarbeit mit Tierschutzorganisationen, um Essensabfälle (z.B. Haxenknochen) als Futtermittel in lokalen Tierheimen einzusetzen

### RECYCLE

- Die Verwendung von recyclebaren Materialien in allen Betriebsbereichen, z.B. Papierstrohhalm anstelle von Plastikstrohhalm, Pappverpackungen für Take-away Bestellungen, Holz- statt Plastikbesteck

Paulaners Nachhaltigkeitskonzept könnt Ihr in Kürze hervorragend live in Aktion sehen. Pünktlich zum Osterfest wird es eine Paulaner Osterbox geben: eine nachhaltige Pappbox, randvoll gefüllt mit Paulaner Bier und Schlemmereien zum Osterfest.

AN QUADN!

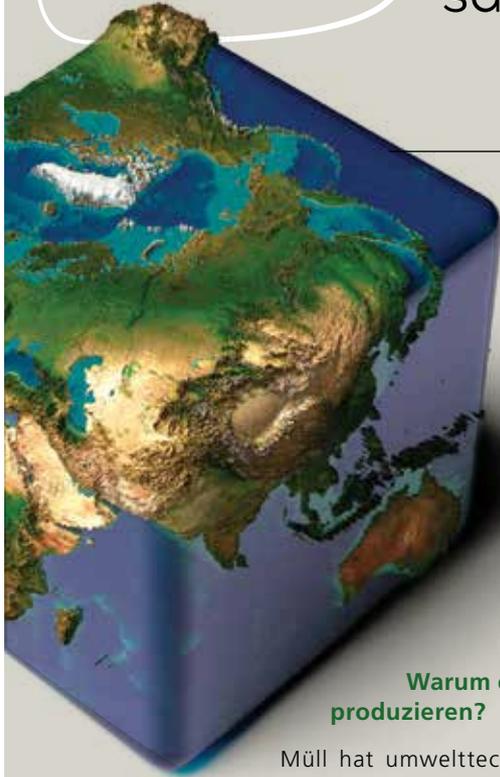


ZERO  
WASTE

## „Es ist doch nur ein Strohhalm“ sagten sieben Milliarden Menschen.

### Unsere Tipps zu weniger Müll im Einklang mit Singapurs Zero Waste Masterplan

TEXT: JOHANNA WANKA



**D**er Zero-Waste Masterplan Singapurs sieht einen Handlungsbedarf in drei Bereichen: Der Nachhaltigkeit in der Produktion, dem Abfall und Ressourcenmanagements und dem Bereich des privaten Konsums. Wenn man sich im privaten Konsumverhalten von den Prinzipien des *Reduce, Reuse und Recycle* leiten lässt, kann auch der Einzelne seinen Beitrag leisten – hier sind einige Tipps von uns.

#### Warum eigentlich weniger Müll produzieren?

Müll hat umwelttechnisch gesehen zwei Seiten: Zum einen musste das Produkt mal produziert werden, das bedurfte Ressourcen und Energie und hinterlässt natürlich einen *Carbon Footprint*. Zum anderen muss man den Gegenstand am Ende seines Lebens als Müll entsorgen. Wie Ihr in diesem Heft lesen konntet, geht alles bequem über die Müllrutsche in die Recycling-Fabriken, um den Wertstoff in die Kreislaufwirtschaft zurückzuführen, oder zur Verbrennung, wo sogar noch etwas Strom erzeugt wird. Klingt doch erstmal nicht so schlecht. Aber die Mülldeponie auf der Insel **Semakau** ist begrenzt. Und so hat die Regierung bereits einen *Zero-Waste-Masterplan* aufgestellt.

#### Hier die drei Bereiche des Masterplans:

##### Nachhaltigkeit der Produktion

Bereits 2007 wurde das *Singapore Packaging Agreement* zwischen der Regierung, der Industrie und *Non-Governmental Organizations* (NGOs) beschlossen, wodurch bisher eine Reduktion von 54.000 Tonnen Verpackungsmüll erreicht wurde. Seit 2020 müssen Produzenten von verpackten Produkten und große Supermärkte ihre jährlichen Verpackungsmengen melden und einen Plan einreichen, wie sie in den 3R (*Reduce, Reuse and Recycle*) besser werden können. Die *Extended Producer Responsibility* sieht bis 2021 eine größere Verantwortung bei den Produzenten hinsichtlich der Handhabung und Rücknahme von elektronischen Geräten und bis 2025 für Verpackungen vor.

##### Abfall- und Ressourcenmanagements

Auch im zweiten Bereich, dem Abfall- und Ressourcenmanagement, wird einiges an Technologie entwickelt und getestet, um die Abfallstoffe möglichst effizient zu nutzen. So soll Verbrennungsasche im Straßenbau verwendet und Nahrungsmittelreste mit Haushaltsabwässern durch anaerobe Fermentation zu Biogas umgewandelt werden. Mit diesem Biogas wird anschließend Strom erzeugt. Auch das Kompostieren von organischem Abfall und Lebensmittelresten rückt stärker in den Fokus.

##### Veränderung des Konsumverhaltens

Vor allem der dritte Baustein, der Konsum, betrifft uns direkt und erfordert unsere Mithilfe! Wir sind aufgefordert, weniger Müll zu generieren (das erste der 3R *Reduce*) und im zweiten Schritt mehr Wertstoffe in die Recyclingtonnen zu sortieren, um eine Kreislaufwirtschaft zu ermöglichen. Das Ziel der Regierung ist es 30 Prozent weniger Abfall und eine *Recyclingrate* des Hausmülls von 30 Prozent (von aktuell 17 Prozent) bis 2030 zu erreichen. Dazu gibt es verschiedene Kampagnen und Projekte. Dass 2019 das Jahr des *Zero-Waste* war, ging bei den meisten trotzdem unter. Kampagnen wie *Bring-your-own* erreichen aber immer mehr Menschen und vor allem in Schulen gibt es viele Programme und Projekte.

**Also, was können wir jetzt tun, ohne uns gleich abschrecken zu lassen von dem ZERO? Hier findet Ihr unsere Tipps zur erfolgreichen Umsetzung.**

*“We don't need a handful of people doing ZERO WASTE perfectly.  
We NEED MILLIONS OF PEOPLE doing it imperfectly.”*

- Anne Marie Bonneau aka The Zero Waste Chef

### Kommen wir zum ersten R: **REDUCE**

- 1. Leih oder teilt Euch Dinge**, die Ihr nicht so häufig braucht, angefangen von Werkzeugen vom Nachbarn oder Bücher aus der Bücherei.
- 2. Versucht die Lebensspanne der Dinge zu erhöhen, indem Ihr sorgfältig damit umgeht.** Repariert, wenn möglich. Mittlerweile gibt es einmal monatlich Repair-Kopitams (siehe eigenen Beitrag dazu in diesem Magazin) in einigen Stadtteilen, in denen Ihr neben elektronischen Geräten auch Kleidung und anderes reparieren lassen könnt.
- 3. Kauft nur das, was Ihr wirklich braucht.** Das gilt wirklich für alles, für Lebensmittel, Kleidung, Schuhe, Sonstiges... Insbesondere der billige Plastikschratt, als Kinderspielzeug verkleidet, verführt mich manchmal.

Und für den täglichen Müll: Schaut doch mal eine Woche lang in Euren Müll, auch den, den Ihr unterwegs wegwerft. Wer es genau nehmen möchte, kann eine Müllanalyse machen und den Abfall täglich nach Material sortiert wiegen, bevor er in den Müllsack kommt. Dann seht Ihr schon, was bei Euch den meisten Müll ausmacht. Und Ihr bekommt eine Idee, was Ihr angehen könnt und wollt.

- 4. Kauft Ihr noch Wasserflaschen**, oder reicht Euch das gefilterte oder ungefilterte Leitungswasser, wer möchte auch gesprudelt?
- 5. Ja, die oft beschimpften Plastiktüten zum Einkaufen können durch mehrfach verwendete Taschen ersetzt werden** (bei den Deutschen unter uns wahrscheinlich eh schon im Blut). Denkt auch an die Obsttüten, die man sich selbst aus alten Gardinen nähen kann. Denn diese Plastiktüten sind so klein, dass sie noch nicht mal als Mülltüte gut herhalten.
- 6. Wet markets verkaufen** viel Obst und Gemüse und sogar Kaffee ganz **unverpackt**. Denn die Verpackung bedeutet oft mehr Plastik als die drei Einkaufstüten vom Supermarkt. Und auch anderes geht unverpackt, in den mittlerweile weiter verbreiteten unverpackt-Läden wie **Unpakt** oder **Scoop**. Dafür bringt aber wirklich Eure eigenen wiederverwendbaren Behälter oder auch ausgewaschene Marmeladengläser etc. mit, sonst füllt Ihr es doch nur wieder in die Einmalverpackung. Unverpackt zu kaufen, hat auch den Charme, dass man nur das kauft, was man wirklich braucht.
- 7. Bring your own** geht natürlich noch weiter: vom Becher für den coffee to go, über die Schüssel für den nächsten Lunch, für take-away vom Hawker oder Lieblingsrestaurant und sogar als doggy bag. Mit der Plastik(tupper)schüssel oder ganz hipp mit der Alu-Ben-tobox seid Ihr auf der umweltsicheren Seite.
- 8. Selbst für die Lieferung von den einschlägigen Lieferdiensten Foodpanda, Deliveroo und GrabFood gibt es jetzt die Option in über 100 Restaurants in Mehr-**

**fachverpackungen (von Barepack oder Muuse)** zu bestellen. Das kostet nur etwas mehr Zeit und Aufwand beim Bestellen und danach beim Zurückgeben, ist aber definitiv besser für die Umwelt.

- 9.** Jetzt wenden wir uns mal den **Lebensmittelabfällen** zu.

Schaut in Eure Vorräte und den Kühlschrank, bevor Ihr einkaufen geht, am besten mit Einkaufsliste (und/oder Essensplan im Kopf). Kauft oder bestellt nur das, was Ihr auch essen könnt. Lagert es so, dass es möglichst lange hält und verbraucht auch die Reste bevor sie schlecht werden.

**10.** Wer schon weitergehen möchte, kann auch seine **Kosmetik- und Hygieneartikel auf den Prüfstand stellen**. Seifenstücke (mit weniger Plastikverpackung) gibt es für jeden Geldbeutel, bei Haarseife und Deo wird es schwieriger, aber nicht unmöglich. Wer möchte, kann auch in die DIY-Szene einsteigen, das bedient dann auch das *toxic-free* Bedürfnis. Vor allem für Putz- und Waschmittel ist das gar nicht so schwer.

- 11.** Ein Blick ins Arbeitszimmer oder Büro zeigt, dass man sich **Rechnungen und Berichte auch elektronisch zukommen lassen** und was man wirklich drucken muss, doppelseitig drucken kann. Einmal bedruckte Seiten können für den nächsten Einkaufszettel oder zum Bemalen von den Kindern wiederverwendet werden.

### Kommen wir zum zweiten R: **REUSE**

Alte Kleidung kann zur Tasche umgenäht oder als Putzlapen weiterverwendet werden. Und es gibt noch viel mehr Ideen zum **Upcycling**, die wir auch hier im Heft vorstellen.

Und denkt auch daran, dass Ihr secondhand kaufen könnt, von Kleidung über Elektronik bis hin zu Möbeln. Das verlängert die Lebensspanne des Produkts und gibt ihm ein zweites Leben, wie man so schön sagt.

### Erst zuletzt kommt das dritte R: **RECYCLING**

Bitte gebt Eure **Wertstoffe Glas, Metall, Pappe und Plastik in die blaue Tonne**.

Elektronikabfälle bitte in die extra Sammelstellen geben, in der NEA App oder auf ihrer Website kann man die nächstgelegene finden. Leuchtmittel (also Glühbirnen etc.) und leere Batterien sammelt IKEA. Leere Druckerpatronen werden u.a. im National Library Board gesammelt.

Alte Kleidung kann in Secondhand-Läden oder in Altkleider- und Schuhsammelstellen, zum Beispiel von *Green-square*, abgegeben werden. Verkauft oder spendet Dinge, die Ihr nicht mehr braucht, die aber noch gut sind.

Aber die Reise zu *Zero-Waste* geht nicht nur um Abfall. Einmal zu eigen gemacht, führt es uns zu einem vereinfachten Lebensstil, ganz nach Marie Kondo: Wir umgeben uns mit Dingen, die uns gut tun und entsorgen die, die wir nicht brauchen (und lassen sie auch nicht mehr ins Haus). Das ist nicht ganz das gleiche wie Minimalismus. Aber es kann ja jeder wählen, was ihr/ihm am besten tut. ■



IN SINGAPORE, ABOUT **700 MILLION** KILOGRAMS OF PLASTIC WASTE IS DISCARDED EVERY YEAR. BY 2050 THERE COULD BE **MORE PLASTIC** IN THE OCEAN THAN **MARINE LIFE** BY WEIGHT.

新加坡每年丢弃约7亿公斤塑料废物。  
到2050年，海洋中的塑料重量可能超过海洋生物。



Bevor Sie anfangen zu lesen, schauen Sie sich einmal um: **Wieviele Sachen aus Plastik können Sie in Ihrer Umgebung sehen?** Sie sehen schnell, Plastik ist aus unserem Leben nicht mehr wegzudenken, aber das war nicht immer so. Und damit sind wir schon mitten in der Ausstellung **Planet or Plastic?**, die noch bis zum 28. März 2020 im Art Science Museum zu sehen ist.

## **Planet or Plastic?** im Art Science Museum

### Eindrucksvolle Aufnahmen unserer Welt kombiniert mit viel Wissenswertem zum Thema Plastik

TEXT: SABINE GEBELE-PHAM, FOTOS MIT GENEHMIGUNG DES ART & SCIENCE MUSEUM

**D**ie Ausstellung wurde in Zusammenarbeit mit National Geographic erstellt, einer Organisation, die sich der Erforschung und Entdeckung der Geheimnisse der Natur verschrieben hat. Den meisten ist sie durch außergewöhnliche Natur- und Tierfilme bekannt. Um es gleich vorwegzunehmen: Auch in dieser Ausstellung werden siebzig spektakuläre Fotos gezeigt. Es ist ein besonderer Verdienst der Ausstellung, viel Wissenswertes und Informatives zum Thema Plastik mit faszinierenden Fotoaufnahmen zu kombinieren.

Mehrere Ausstellungsräume erwarten den Besucher zu verschiedenen Themenbereichen. Sie beschäftigen sich mit folgenden Fragen: der Geschichte, den Vorteilen und Nachteilen von Plastik und der Auswirkung der Nutzung auf die Natur. Am Ende steht der Aufruf, *The Pledge*, sich an der Vermeidung von Plastikmüll zu beteiligen.

Empfangen wird man von mehreren Fotografien, die Händler in China zeigen. Ein Händler verkauft auf kleinster Fläche Wasserspielzeug. Bis unter die Decke stapeln sich Gummienten, aufblasbare Matratzen und Schwimmringe in knallbunten Farben. Alles scheint aus dem Foto heraus zu quellen, ganz wie man es hier von den Marktständen Südostasiens kennt. Der Händler, der in der Mitte der Waren sitzt, ist winzig-klein. Er ist in der Vielfalt der angebotenen Waren nicht mehr auszumachen. **Das Lebewesen Mensch verliert sich im Meer der leblosen Plastikwaren.** Der Farbkontrast zwischen den knallbunten Waren und dem schwarzen Hintergrund der Ausstellungswände könnte kaum größer

sein. Die Fotos stehen für mich als Symbol für das Verhältnis Mensch zu Plastik: bunt, fröhlich, dauerhaft überflutet uns das Material.

#### **Geschichte des Plastiks**

Die Geschichte des Plastiks, umgangssprachlich für Kunststoffe, beginnt im Ausstellungsvideo vor 3000 Jahren in Mexiko, wo natürlicher Kautschuk schon in Form von runden Gegenständen zum Ballspielen verwendet wurde. Ende des achtzehnten Jahrhunderts wurden dann zum ersten Mal auf künstlichem Wege verschiedene synthetische Kunststoffe hergestellt. Als Rohstoff für synthetischen Kunststoff verwendet man entweder Rohöl oder Erdgas, das nach seiner Förderung in der Raffinerie durch Verdampfen verarbeitet wird. Im sogenannten Prozess des *Crackings* werden verschieden lange Kohlenstoffmolekülketten gebildet, die die verschiedenen Grundstoffe und Polymere für Plastikarten bilden. Diese Stoffe werden dann zu kleinen Kügelchen oder Pellets geformt und als Grundstoff zur Weiterverarbeitung als Verpackung oder für alle Arten von Kunststoffgegenständen ausgeliefert.

#### **Vorteile von Plastik**

Seit ungefähr 1940 erobert Plastik die Welt, als synthetische Alternative für im Zweiten Weltkrieg knappe Rohstoffe. Leicht, formbar, hygienisch und vielseitig einsetzbar sind Gegenstände aus Plastik seit den 50er Jahren aus dem Leben der Menschen nicht mehr wegzudenken. Gefeierte als Hilfen, die den Alltag erleichtern, fanden sie Eingang in alle Lebensbereiche. Das Zeitalter des Plastiks begann.

Foto oben:  
Eingangshalle

Ausstellung  
Fotos rechts:  
Plastiksortierer:  
Randy Olson,  
Schildkröte:  
Jordi Chias,  
Seepferdchen:  
Justin Hofman.

Alle Fotos:  
©National  
Geographic  
Exhibition  
*Planet or Plastic?*



### Gefahren von Plastik

Gemäß Ausstellungstext stieg die weltweite Produktion von 2,3 Millionen Tonnen im Jahre 1950 auf 162 Millionen Tonnen im Jahre 1963 bis hin zu 448 Millionen Tonnen in 2015. Damit wurde nahezu die Hälfte des bisher hergestellten Plastiks in den letzten 15 Jahren produziert. In Singapur werden laut Ausstellungsmacher 700 Millionen Kilogramm Plastikmüll pro Jahr weggeworfen.

Die Ausstellung befasst sich dann mit der Frage, was mit diesem Plastikmüll passiert: In vielen Ländern ist trotz Aufklärungskampagne die Recyclingquote gering. Weltweit liegt sie bei geschätzten zehn Prozent. **Nicht-recyceltes Plastik landet auf der Mülldeponie, wird verbrannt oder findet seinen Weg wegen fehlender Müllverwertungskreisläufe über Flüsse ins offene Meer.** Zwischen 5,3 bis 14 Millionen Tonnen Plastik werden so jährlich geschätzt ins Meer gespült. Vor allem Flüsse in China und Südostasien, hier besonders auf den Philippinen und in Vietnam, gehören zu den weltweit größten Einleitern von Plastikmüll.

Das Besondere der Ausstellung besteht darin, dass diese oft abstrakten Fakten und Zahlen eingängig visuell veranschaulicht werden. In beklemmend schönen und ästhetischen Fotos verschiedener Künstler sieht man die Auswirkung der Verschmutzung im Meer. Auf einem Foto treibt ein filigranes Seepferdchen mit der Meeresströmung. Normalerweise umfasst es mit dem Schwanz Seegras und nutzt es zur Navigation. Im Ausstellungsfoto ist die Navigationshilfe nun ein rosarotes millionenfach benutztes Wattestäbchen. Betörend schöne Naturaufnahmen und doch so verstörend, dass der Fotograf dazu sagte: *„Es wäre besser, wenn dieses Bild nie aufgenommen worden wäre.“*

Ebenso ist mir das Foto der Künstlerin Mandy Baker in Erinnerung geblieben. Auf schwarzem Hintergrund sieht man verschiedenfarbige filigrane Gebilde schweben, die an exotische Meeresbewohner, tropische Fische oder besondere Quallenarten erinnern. Es bildet sich ein starker farblicher Kontrast zwischen dem tiefen Schwarz des Hintergrundes und der Farbenpracht der delikaten Gebilde. Kommt man näher, sieht man worum es sich wirklich handelt: es sind zu Nestern geformte Teile von Fischernetzen, die in großer Vielzahl im Meer treiben. Man schätzt, dass dreißig bis fünfzig Prozent des Plastikmülls

im Meer auf weggeworfene und Geisternetze zurückzuführen sind. Diese Fischernetze sind der Grund, dass viele Meerestiere sich in den losen Schnüren verheddern und darin sterben – das Bild der Schildkröte im türkisfarbenen Geflecht der Plastikschnur ist darum das Titelbild der Ausstellung.

### Was ist zu tun?

Die nächste Abteilung beschäftigt sich mit der Frage, wie wir eine sauberere Zukunft erreichen können. Wie eine Aktivistin zusammenfasst: „Wenn wir uns über die Alternativen zur Entsorgung von Plastikmüll unterhalten, haben wir schon mehrmals versagt: wir haben den Plastikmüll nicht vermieden, nicht wiederverwertet und nicht recycelt.“ Die Ausstellung befasst sich an dieser Stelle aber nicht generell mit Recyclingmöglichkeiten, sondern stellt einige von National Geographic unterstützte, von der lokalen Gemeinschaft betriebene Recycling-Projekte vor. Auch hier blieb ein Bild in Erinnerung. Unter dem Titel *Low Tech Recycling* sieht man Arbeiterinnen in einer Flut von Plastikflaschen, sie sind überall, türmen sich um die Arbeiter in einem mehrere Meter hohen Berg auf und quellen förmlich aus dem Bildausschnitt. Sortiert wird in Bangladesch, einem Land mit niedrigen Arbeitskosten. Durch die Sortierung werden die Flaschen für die Wiederverwertung aufbereitet.

Die Ausstellung schließt mit einem Apell sich an der Vermeidung von Plastik zu beteiligen. Schon einmal hochgerechnet wie viele Tüten, Wasserflaschen und Strohhalme man pro Jahr vermeiden könnte, wenn man einmal pro Woche auf diese beim Einkauf, beim Spaziergang oder Hawker verzichtet?

„Ein Bild sagt mehr als tausend Worte“, weiß ein Sprichwort und so bleiben die Fotos der Ausstellung im Gedächtnis. Die Fotokünstler nutzen die Bildsprache, um Wissen zur Plastikkrise anschaulich zu vermitteln. *Planet or Plastic?* – eine sehr informative Ausstellung, die mit ihren multimedialen Elementen, Filmen und interaktiven Teilen auch für Kinder ab acht gut geeignet ist. ■





# „Am Ende der Welt“ ..

## können wir viel lernen

Wie die Bewohner der Länder Südostasiens den Folgen von Fortschrittsglauben und Umweltverschmutzung begegnen, zeigt uns die **Reporterin Lena Bodewein**

TEXT: KATRIN HEIDT, FOTOS: LENA BODEWEIN

2007 auf der documenta in Kassel, der bekannten Kunstausstellung, die alle 4 Jahre in die nordhessische Stadt Einzug hält, stapelte der chinesische Künstler Ai Weiwei massenhaft Stühle aufeinander. Mit dieser Skulptur, diesem Ready-Made im eigentlichen Sinne, ist er berühmt geworden. Es waren nicht irgendwelche Stühle, nein, es waren Holzstühle der Quing-Dynastie, mit schönen Schnitzereien, alle vom Gebrauch vieler Jahre in dunkel gebeiztem Holz.

Er habe diese Skulptur nur machen können, so berichtet Ai Weiwei später, weil in China innerhalb eines guten Jahrzehnts zahlreiche alte Holzstühle, die teils über Generationen einer Familie gedient hatten, durch die modernen und angeblich besseren Plastikstühle ersetzt worden sind.

### Segen und Fluch des Plastiks

Der Wunderstoff Plastik, fast unendlich formbar und fast unverwundbar, wetterbeständig und leicht, hatte auch in China, wie wohl in allen Teilen der Welt, Einzug gehalten. Plastik, das symbolisierte einst Fortschritt und natürlich möchten alle an der Zukunft teilhaben. Wer will es ihnen auch verübeln, so ist der Mensch nun einmal, neugierig auf das Neue, Bessere, Fortschrittliche. Der Globale Norden hat es schließlich vorgemacht.

Doch längst ist Plastik vom Wunderstoff zum weltumspannenden Problem geworden. Ein Problem allerdings, das manche Länder Südostasiens, wie Indonesien, Malaysia und die Philippinen, nicht mehr auf sich sitzen lassen wollen. Sie versinken buchstäblich in dem Plastik- und sonstigem Müll, den die Industrienationen jahrzehntelang bedenkenlos ans andere Ende der Welt verschifft haben. Nun gehen zum ersten Mal auch Schiffe zurück, Annahme verweigert. Trotz und Stolz meint man aus den Kommentaren der Menschen in Manila herauszuhören, wenn sie im Hafen ein voll beladenes Müllschiff verabschieden und dabei Plakate hochhalten, auf denen zu lesen ist „Die Philippinen sind nicht die Müllhalde der Welt“.

### Kreative Projekte gegen die Plastikflut

Anderorts, in Indonesien, versuchen die Bewohner der Thousand Islands vor Jakarta dem Problem mit Kreativität zu begegnen. Allen voran die ehemalige Lehrerin Maharia Sandri, die nicht nur ein Gutschriften-System für Müll erfunden hat, die sogenannte Müll-Bank. Auf der Insel Pulau

Pramuka können die Bewohner gesammelten Müll zum Recyclen bringen und die dafür erhaltenen Gutscheine für Strom, Essen oder die Gesundheitsversorgung verwenden.

Auch produziert Maharia Sandri den innovativen Eco-Brick-Ziegel mit ihren Mitstreitern. Er besteht aus gepresstem Müll, der nicht mehr recycelt werden kann, weil er zum Beispiel zu schmutzig ist. Die Eco-Bricks lösen zugleich zwei Probleme, das des überbordenden Mülls und das des fehlenden stabilen Baumaterials. So hat sich das System der Eco-Bricks bewährt, als auf Sulawesi ein Tsunami die Stadt Palu zum Teil zerstörte. Sie konnte dank der aus dem angeschwemmten Müll hergestellten Ziegel wieder aufgebaut werden.

### Reporterin Lena Bodewein nimmt uns mit zu den Menschen vor Ort

Wir erfahren von alldem über die in Singapur stationierte Korrespondentin Lena Bodewein, die uns Leserinnen und Leser mitnimmt auf ihre vielen Reisen durch Südostasien, vom Flusslauf des Mekong in Laos bis hinunter in die von Waldbränden verwüsteten Steppen Australiens; immer auf den Spuren von Klimawandel und Umweltverschmutzung und vor allem: immer ganz nah dran an den Menschen, die dies am meisten betrifft. Diese Menschen, Familien, Mütter, Väter, Töchter und Söhne, Geschwister und Freunde, die in unserem Bewusstsein oftmals nur die Staffage der nächsten Katastrophennachricht bilden, bekommen hier eine Stimme und ein Gesicht. Das Know-how, der Mut und das Engagement der Porträtierten sind einfach umwerfend.

Da gibt es das Künstlerkollektiv, das einen Destillator erfunden hat, mit dem man aus Plastikabfällen Treibstoff für die einfachen Zweitakt-Motorräder herstellen kann, die in Indonesien so verbreitet sind, weil sie selbst die schlechten Straßen zu den entlegensten Dörfern im hügeligen Dschungel hochkommen. So fahren die Künstler-Erfinder nun von Dorf zu Dorf, zeigen den Bewohnern, wie man so einen Destillator baut, verbrennen den Müll, der sich angesammelt hat und nehmen von dem daraus gewonnenen Treibstoff gerade so viel, wie sie brauchen, um ins nächste Dorf zu kommen.

Da gibt es Menschen, die sich im Nordwesten von Laos, im Komodo Nationalpark von Indonesien und an anderen Orten Südostasiens in verschiedenen Projekten für sanften Tourismus engagieren, da gibt es das Orang-Utan Schutzprogramm in Nordsumatra oder im Nationalpark von Borneo. Da gibt es Menschen, die sich mit ihrem Engagement für die heimische Tierwelt und das einmalige Ökosystem Regenwald gegen weitere Brandrodungen und illegale Abholzungen stellen.

Foto unten:  
Am Mekong –  
Fischer wie früher

Rechts:  
Orang-Utan  
Baby Brenda  
mit Tierärztin,  
Lagune in Jakarta –  
überschwemmt  
mit Plastik



### Keine einfachen Antworten auf komplexe Fragen

Doch auch an verbürgt geglaubten Wahrheiten rüttelt Lena Bodewein, wenn sie davon berichtet, dass auf der indonesischen Insel Komodo zum Schutz des Meeres ein Biosphärenreservat ausgewiesen wurde, das inzwischen zum Unesco-Welterbe gehört. Dies hat jedoch zur Folge, dass die Einheimischen ihren traditionellen Beruf als Fischer nicht mehr ausüben können. Wenn dann noch durch den sanften Tourismus mit viel weniger Besuchern Einnahmen wegbrechen, finden viele Familien kein Auskommen mehr in ihrer Heimat. Man merkt schnell, dass es keine einfachen Antworten auf komplexe Fragen gibt.

Auch bringt es einen zum Nachdenken, wenn man die Geschichte von Ahmad aus Malaysia liest, der sein Land geerbt hat, als es schon längst abgeholzt war und Kokospalmen darauf standen. Er jedoch hat auf die ertragreicheren Ölpalmen umgestellt, damit bestreitet er nun den Lebensunterhalt seiner Familie, inklusive Schulgeld für die Kinder. Ahmad ist gegen einen Boykott von Palmöl, wie die EU ihn ab 2030 für die Verwendung als Biokraftstoff verhängt hat. Denn er gibt zu bedenken, dass der Bedarf an Pflanzenöl dann wohl aus dem viel flächenintensiveren Soja gedeckt würde, was wiederum Rodungen des Regenwaldes an anderer Stelle zur Folge hätte. In die gleiche Kerbe schlägt der Umweltschützer Wee Chin, der besorgt auf chinesische Investoren schaut, die an die Stelle der EU treten und in viel größerem Stil Regenwald abholzen könnten.

Bei alledem weist ein Orang-Utan-Schützer darauf hin, dass wir letztendlich unsere Konsumgewohnheiten überdenken müssen, dass es nicht zwingend notwendig ist, in jedem Lippenstift und in jeder Schokolade Palmöl zu verarbeiten, nur damit die Konsistenz noch cremiger, noch luxuriöser ist.

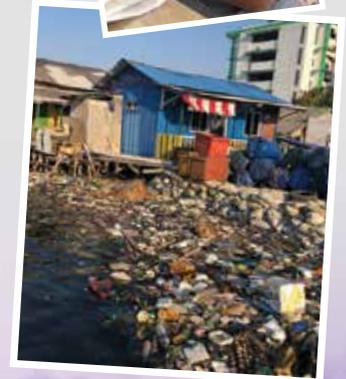
### Veränderungen vor Ort – Signale für die Welt

Lena Bodewein sieht immer auch die Menschen hinter den globalen Zusammenhängen. Menschen, die einerseits ohne Palmöl kein Auskommen mehr hätten, ihre Familien nicht mehr ernähren könnten. Die aber andererseits, da wo es möglich ist, nach Alternativen suchen, lieber als Ranger für den Schutz von Orang-Utans und Regenwald arbeiten, als für die Palmöl-Industriegiganten.

All diese Menschen stellen sich dem entgegen, was sie täglich umgibt, sie finden Lösungen für die Probleme vor Ort, die oftmals auf globale Zusammenhänge zurückzuführen sind, welche sie nicht beeinflussen können. Doch die vielen kleinen Schritte, die Innovation und die Kraft, die aus diesen Projekten entstehen, machen einen wesentlichen Unterschied. Nicht nur verbessern sie die direkte Umwelt der Bevölkerung, sie zeigen uns auch auf, dass wir alle etwas tun können und dass wir viel von der Hartnäckigkeit und dem Engagement der Menschen am anderen Ende der Welt, das von Singapur aus ja ganz nah ist, lernen können.

*Die German Association veranstaltet eine Lesung mit Lena Bodewein. Nähere Informationen folgen auf den Webseiten von Impulse und GA.*

[www.impulse.org.sg](http://www.impulse.org.sg)  
[www.german-association.org.sg](http://www.german-association.org.sg)



## Shaping the digital transformation

The Digital Enterprise has been conceived and pioneered by Siemens as a holistic industrial portfolio that seamlessly connects the virtual and the real world. It combines software, automation solutions, and cutting-edge technologies like Cloud and Edge Computing, Artificial Intelligence, and Industrial 5G. The Digital Enterprise helps manufacturing become faster, more productive, and more responsive to changes in the market and in society.

[siemens.com.sg](http://siemens.com.sg)

**SIEMENS**



Wir möchten Singapur kennenlernen, das Leben hier noch besser verstehen. Gemeinsam wollen wir auch die kleinen Reisen in fremde Kulturen oder einfach nur das Beisammensein genießen. So lädt die German Association (GA) Euch und Eure Familien & Freunde zu einem bunten Programm ein.

*Einige Touren & Events finden auch mal abends oder am Wochenende statt. So können möglichst viele teilnehmen.*

Details zu den Veranstaltungen findet Ihr hier: [german-association.org.sg/Events](https://german-association.org.sg/Events) oder einfach den QR-Code unten scannen.

Es lohnt sich immer, einen schnellen Blick auf den Veranstaltungskalender der German Association – Deutsches Haus zu werfen.

**Einfach diesen QR scannen, und schon landet Ihr bei den Events auf unserer Internetseite.**



## Treffpunkte und Veranstaltungen für die Community

### KULTUR



#### **NEU** Asian Civilisations Museum

**Monatliche Touren in deutscher Sprache**

**Wochentags 11.30 bis 12.30 Uhr**

- Mit Ulrika Mortimer-Schutts
- Offen für alle, Anmeldungen über Veranstaltungen auf der Website der GA

Es erwarten Euch spannende Themen wie eine Zeitreise auf der Seidenstraße ins Jahr 830, der Austausch „verrückter“ Ideen zwischen Asien und Europa seit Vasco da Gama, die vielen Gesichter des Buddhas, Mode im alten und neuen China ... und vieles mehr. Wenn es sich anbietet, kann man danach noch gemeinsam zum Lunch ins Privée im ACM.

#### **Buchklub**

**Monatliches Treffen abends um 19.30 Uhr von lese- und diskussionsfreudigen deutschsprachigen Expats**

- Nähere Infos bei Jutta Schütte, +65 9754 4435
- Offen für Alle – je bunter, desto besser

Unsere aktuelle Leseliste umfasst so spannende Titel wie 10xDNA von Frank Thelen, Die neuen Seidenstraßen von Peter Frankopan, Unterwerfung von Michel Houellebecq oder Herzenhören, ein Roman, der in Myanmar spielt.



#### **NEU** STPI Gallery & Workshop

**Führungen immer dienstags mit Besuch der Druckgrafischen Werkstatt und wechselnden Ausstellungen**

**Nächste Führung: 6. April, 11.30 Uhr**

- Mit Sabine Gebele-Pham
- Offen für alle, Anmeldungen über Veranstaltungen auf der Webseite der GA

STPI Gallery & Workshop zeigt experimentelle zeitgenössische Kunst in Südostasien. Arbeiten in Druck und Papier werden von internationalen und lokalen Künstlern vor Ort geschaffen und dann in wechselnden Ausstellungen präsentiert.

#### **War Tour**

**Besuch des Kranji War Memorials, der ehemaligen Ford Factory und des ehemaligen Forts im Labrador Park**

**Sonntag, 25. April**

- Mit unserer englisch-sprachigen Guide Charlotte Chu

Die Briten kapitulierten 1942 und die japanische Armee besetzte danach Singapur für mehr als drei Jahre, mit großem Leid vor allem für die chinesisch-stämmige Bevölkerung.

Außerdem haben wir Touren zum Vesak Day, dem höchsten Tag der Buddhisten, sowie in die wunderschöne Heritage-Gegend von Joo Chiat mit ihren Peranakan-Häusern im Programm.



## SPORT UND NATUR



**NEU** **Herb and Soil Workshop**  
 Siehe hierzu auch „Farming Singapore Style“ in dieser Ausgabe der Impulse!

**Samstag, 10. April von 09.30 bis 12.00 Uhr**

– Mit Joanna Chua, begeisterter Hobbygärtnerin und Gründerin von **WWEdibles.org**

Hier lernt Ihr auf der einladenden Terrasse eines typischen „landed houses“ bei Holland Village, wie Ableger von leckeren und täglich verwendbaren Kräutern selbst gezogen werden können, welche Erde es dafür braucht und wie die Pflanzen ohne große Schwierigkeiten auch auf Balkon oder Terrasse in Singapur überleben.



### Walker und Jogger

**Wir treffen uns jeden Montag um 8 Uhr bzw. 8.30 Uhr im Botanischen Garten.**

– Offen für alle, Anmeldungen über Veranstaltungen auf der Website der GA.



**NEU** **Wanderung zwischen den Gezeiten bei Pulau Hantu**

**Karfreitag, 2. April ab 05.30 Uhr** (ja, früh am Morgen, das liegt an den Gezeiten)

– Mit unserem erfahrenen Naturführer Robert Heigermoser

Robert hat etwas Besonderes für uns geplant und nach einer ca. einstündigen Bootsfahrt wandern wir durchs Watt und erkunden die Korallenriffe in den südlichen Gewässern von Singapur mit ihrer erstaunlichen Artenvielfalt.

### Wandern in Singapur

**Donnerstag, 13. Mai**

Vom Botanischen Garten bis zum MacRitchie Reservoir: Wir nützen die kühle Morgenluft an *Hari Raya Puasa*.

– Offen für alle, Anmeldungen über Veranstaltungen auf der Webseite der GA.



1



2

Fotos links:  
 1 - MacRitchie Reservoir  
 2 - Macaque Affen



## SOCIALS

**NEU** **Ostereiermalen bei Claudia Hayes.**  
**Nur für Mitglieder der GA**

**Dienstag, 30. März von 11 bis 13 Uhr**

– Bei Claudia Hayes, nahe Tanglin Gate Botanic Garden.

Lasst Eurer Kreativität bei einem netten Oster-Plausch freien Lauf.

### Morning Coffees oder Lunches

In netten Cafés finden sie jeden Mittwoch statt. Ort und Anmeldung über die Webseite der GA.

### DriDoMo: Dritter Donnerstag im Monat ist STAMMTISCH!

Am 15. April und 20. Mai 2021 treffen wir uns um 19 Uhr zum Stammtisch in der Brotzeit, Anmeldung ebenfalls über die Webseite der GA.

### YOUNG GERMANS:

**Beach, Brunch and Good Times**

Du bist zwischen 21 und 35 Jahre alt und hast Lust, andere deutschsprachige nette Menschen kennenzulernen?

**Kontakt: Felicitas, felicitas.schwab@gmx.de**

**Facebook: GermanAssociation**  
**Instagram: german\_association\_sg**

# AUS DER COMMUNITY



## Ein Beitrag der GESS Schulgemeinschaft zur Nachhaltigkeit – Zweites „Leben“ für gebrauchte Sportschuhe

Im ersten Halbjahr des laufenden Schuljahres hat das **Green & Care-Komitee** unserer Schülerschaft dafür gesorgt, dass die Schulgemeinschaft der GESS an der *Old Shoes New Future*-Kampagne teilnehmen konnte. Ins Leben gerufen wurde das Projekt von Sport Singapore und Dow, einer Werkstofffirma.

Ziel der inselweiten Kampagne war es, gebrauchte Sportschuhe zu sammeln, die kaputt sind oder nicht mehr getragen werden können. Die Gummi-Bestandteile der Schuhe werden so aufbereitet, dass daraus Laufstrecken und Spielplätze gebaut werden können. Die GESS-Schülervertretung war von dieser Art der Kreislaufwirtschaft und der damit einhergehenden Förderung nachhaltiger Lebensweisen so begeistert, dass sich die Schülerinnen und Schüler dem Projekt unter Leitung des Green & Care-Komitee direkt angenommen haben.

Schülerschaft, Eltern und Mitarbeitende der GESS konnten im November alte Schuhe zu den extra bereitgestellten Sammelboxen bringen. Die Resonanz unserer Schulgemeinschaft war großartig. Am Ende überstieg die Zahl der gespendeten Schuhe die Erwartungen des GESS Green & Care-Komitees so sehr, dass alle Lagermöglichkeiten ausgeschöpft waren. Glücklicherweise boten die Organisatoren der Kampagne an, die Schuhe an der Schule abzuholen.

Wir freuen uns sehr über das Engagement unserer Schülerinnen und Schüler, die diese großartige Kampagne so erfolgreich in unserer Gemeinschaft umgesetzt haben.



**German European School Singapore**  
2 Dairy Farm Lane, Singapore 677621  
Tel: +65 6469 1131, Dir: +65 6461 0810  
www.gess.sg info@gess.sg



## Trage *Kindness* in die Welt

Mit der Einführung des französischen Zweigs im Jahr 2019 startete das diesjährige Schuljahr das erste Mal mit einem Schulmotto in allen drei Schulsprachen: Englisch, Deutsch und Französisch.

**„Kindness starts with me, mit dir, avec nous tous“**

*Kindness*, im Deutschen mit **Freundlichkeit** übersetzt, ist dabei ein fester Bestandteil unseres ganzheitlichen Lernens und verbindet unsere beiden Zweige und die unterschiedlichen Klassen miteinander. Mit diesem Motto wollen wir unsere Schülerinnen und Schüler inspirieren und stolz darauf machen, *Kindness* zu verbreiten. Denn gerade in der heutigen Welt wird *Kindness* leider manchmal vergessen.

Unsere Schülerinnen und Schüler nahmen das Motto in ihr alltägliches Schulleben auf und erlernten die verschiedenen Facetten von *Kindness*. Denn neben respektvoll und freundlich zu anderen zu sein, ist es wichtig auch zu sich selber und der Natur und Umwelt *kind* zu sein.

Bis dato kreierte unsere Schülerinnen und Schüler aus den verschiedenen Klassenstufen wunderschöne, kreative Freundlichkeitsgesten. Unsere Klassen überraschten das Verwaltungs- und das Haustechnik-Team sowie die Lehrer, indem sie kleine Notizen hinterließen, *Kindness*-Muffins backten oder etwas zu Weihnachten und dem Chinesischen Neujahrsfest vorbei brachten. Das Strahlen und der Stolz in den Augen der Kinder macht diese ungewisse Zeit umso schöner.



**Swiss School in Singapore**  
38 Swiss Club Road, Singapore 288140  
Tel: +65 64682117  
www.swiss-school.edu.sg  
info@swiss-school.edu.sg

## „Sichere und geschützte Meere für alle!“



Foto: Information Fusion Centre

### Das ist der Leitgedanke des Information Fusion Centre (IFC) in Singapur. Das Zentrum ist Teil des regionalen Maritime Security Centers der singapurischen Marine.

Mit Kapitänleutnant Christian Hegering (im Bild zweiter von rechts) ist seit 2020 auch Deutschland im IFC vertreten.

Das Zentrum arbeitet mit insgesamt 21 internationalen Partnern eng zusammen, um in Echtzeit Informationen zur maritimen Sicherheit auszutauschen. Aus Europa sind Frankreich, das Vereinigte Königreich und Deutschland mit dabei.

Der Informationsaustausch über Schiffsbewegungen hilft bei der Aufdeckung und Prävention von maritimen Vorfällen und trägt zu einer verbesserten Kommunikation entlang einer der meistbefahrensten Seestraßen der Welt bei. Die Arbeit des IFC verdeutlicht die Wichtigkeit maritimer Sicherheit entlang essentieller Handelsrouten und der „Freiheit der Schifffahrt“, besonders im Südchinesischen Meer. Für die erfolgreiche Bekämpfung von Bedrohungen wie Piraterie oder Terrorismus ist eine gute multinationale Kooperation von entscheidender Bedeutung.

Die Entsendung des deutschen Verbindungsoffiziers ist ein Ausdruck des erweiterten sicherheitspolitischen Engagements der Bundesregierung und einer vertieften verteidigungspolitischen Kooperation mit Partnern in der Region im Rahmen der neuen Indo-Pazifik Leitlinien.

„Um Frieden und Sicherheit in der Region zu bewahren, müssen wir zusammenhalten“, sagte Verteidigungsministerin Kramp-Karrenbauer nach einer Begegnung mit ihrem singapurischen Amtskollegen Ng. „Es ist unser ureigenstes Interesse, eine starke Partnerschaft mit Ländern einzugehen, mit denen wir Werte und Prinzipien teilen – wie Singapur.“



Deutsche Botschaft  
Singapur  
German Embassy  
Singapore

**Botschaft der Bundesrepublik Deutschland** (Embassy of the Federal Republic of Germany)  
50 Raffles Place #12-00  
Singapore Land Tower,  
Singapore 048623, Tel: 6533 6002  
www.sing.diplo.de info@sing.diplo.de

### Eine Botschaft von der Österreichischen Botschaft Singapur

Wir freuen uns, Ihnen mitteilen zu können, dass wir in neue Büros übersiedelt sind. Diese befinden sich im selben Gebäude und Stockwerk wie bisher, aber wir sind nun in den Einheiten #24-06/07 zu finden und haben auch eine neue Telefonnummer:

600 North Bridge Road  
#24-06/07 Parkview Square  
Tel. +65 62 29 01 90

Geändert hat sich kürzlich auch der Ablauf für die Beglaubigungen von singapurischen Dokumenten. Mussten diese bisher vom Außenministerium beglaubigt werden, ist nunmehr die Singapore Academy of Law zuständig. Bis zum Wirksamwerden des Beitritts Singapurs zum sogenannten Haager Beglaubigungsübereinkommen im September 2021 ist weiterhin eine Überbeglaubigung der Dokumente durch die Österreichische Botschaft erforderlich.

Einen Termin können Sie über unsere Website buchen:  
<https://www.bmeia.gv.at/oeb-singapur/>

Mit freundlichen Grüßen und bleiben Sie gesund!



Österreichische Botschaft  
(Austrian Embassy)  
www.bmeia.gv.at/oeb-singapur

### Kultur in der Zeit von Covid

Gemeinsam mit der Asia-Europe Foundation (ASEF) organisierte die Schweizer Botschaft eine zweiteilige Webinar-Reihe zum Thema Kultur in der Zeit von Covid. Nach einer Begrüßung von Botschafter Fabrice Filliez und ASEF Direktor Morikawa Toru, diskutierten die Teilnehmenden, wie Kunstorganisationen und öffentliche Einrichtungen ihre Aktivitäten als Reaktion auf Covid-19 angepasst haben.

In der ersten Folge teilten Diana Campbell Betancourt, künstlerische Leiterin der Samdani Art Foundation in Dhaka und Autor und Filmemacher Michael Schindhelm ihre Ansichten über die durch die Pandemie verursachten Veränderungen in der kulturellen Praxis und zur zukünftigen Rolle der Kultur in verschiedenen Gesellschaften.

In der zweiten Folge der Webinar-Reihe tauschten sich EntscheidungsträgerInnen in kulturbezogenen öffentlichen Institutionen in Singapur und in der Schweiz aus. Besetzt wurde das Panel von Philippe Bischof, Direktor der Schweizer Kulturstiftung Pro Helvetia, Anna Arutnyunova, Leiterin Globales Netzwerk und Internationale Angelegenheiten bei Pro Helvetia, Yves Fischer, stellvertretender Direktor des Bundesamtes für Kultur, und Paul Tan, Operations Director beim National Arts Council Singapur. Die Gespräche befassten sich mit den Mechanismen und Herausforderungen, die mit der Anpassung von Programmen und Richtlinien als Reaktion auf Covid-19 verbunden sind und mit der Unterstützung von Kunstschaffenden. Das Webinar ist über *youtube* unter folgenden drei Titeln zugänglich: *Culture in times of Covid Highlights*, Episode 1 und Episode 2.



Schweizerische Botschaft  
(Embassy of Switzerland)  
H.E. Mr. Fabrice Filliez, Ambassador  
1 Swiss Club Link, Singapore 288162  
Tel: 6468 5788 | Fax: 6466 8245  
vertretung@sin.rep.admin.ch  
www.eda.admin.ch/singapore

## AHK Singapur – Business Partner in Singapur

Ein Jahr Corona und kein Ende in Sicht? Umfragen verschiedener Meinungsforschungsinstitute und Wirtschaftsverbände lassen zumindest zwei Trends erkennen: Erstens, flexiblere Arbeitszeitmodelle inklusive Homeoffice werden in vielen Unternehmen beibehalten. Zweitens, geschäftliches Reisen wie man es aus den Jahren vor Corona kannte, wird sich verändern. Durch die weite Durchdringung von Online Portalen, die zumindest erste oder organisatorische Gespräche ermöglichen, können eventuell bestimmte Reisen anders geplant oder gar ersetzt werden. Auch Veranstaltungen werden zumindest in absehbarer Zukunft anders aussehen.

Wie ist die Auslandshandelskammer mit der Situation umgegangen? Wir haben 2020 viele neue Formate erfolgreich eingeführt, die auch 2021 weiterhin genutzt werden: Webinare für Mitglieder, hybride Veranstaltungen, virtuelle Delegationsreisen, genauso wie das neue *Members to Members* (M2M) Format. In enger Zusammenarbeit mit unseren Mitgliedern haben wir eine umfangreiche Marktstudie zu Plastik-Recycling veröffentlicht, das „Grün Book“, ebenso wie Konjunkturumfragen oder Informationen zu Handelsfragen. Sie finden diese auf unserer Homepage: [www.sgc.org.sg](http://www.sgc.org.sg).

Wie sehen wir in die Zukunft? Verhalten optimistisch. Impfungen werden voraussichtlich künftig das Reisen erleichtern und sollten auch verbesserte Möglichkeiten für persönliche Treffen eröffnen. Die Krise hat das AHK Netzwerk insofern



Foto: Veranstaltung SGC Dialogue vom 29.01.2021  
Links: Mr Ong Ye Kung, Minister for Transport  
Rechts: Jens Rübbert, SGC President

gestärkt, als grenzüberschreitende virtuelle Formate sehr gut etabliert und akzeptiert werden. Ankündigungen der singapurischen Behörden weisen auf neue Formen von Geschäftstreffen hin, dies kann den Standort positiv hervorheben und auch regionale Meetings ermöglichen.

**Wir sind der Partner für deutsche und singapurische Unternehmen und freuen uns auf die Zusammenarbeit. Wenn Sie mehr erfahren möchten melden Sie sich gerne bei [info@sgc.org.sg](mailto:info@sgc.org.sg) oder [annette.biener@sgc.org.sg](mailto:annette.biener@sgc.org.sg).**



AHK Singapur  
Singaporean-German Chamber of Industry and Commerce (SGC)  
#03-105 German Centre, Singapore 609916  
Tel: 6433 5330 | Fax: 6433 5359  
[info@sgc.org.sg](mailto:info@sgc.org.sg) | [www.sgc.org.sg](http://www.sgc.org.sg)

**Wir sind weltweit für Sie da!  
Mit Sicherheit!**



### WELTWEITER VERSICHERUNGSSCHUTZ FÜR FIRMEN UND EXPATRIATES

Nutzen Sie unsere Kompetenz auf dem internationalen Terrain aller relevanten Versicherungsthemen:

- Internationale Kranken- und Gruppenvertragslösungen für Einzelpersonen und Firmen
- Berufsunfähigkeitsabsicherung mit / ohne Altersaufbau
- Privathaftpflicht- / Unfallversicherung mit Weltgeltung
- Rechtsschutz mit Arbeits-RS weltweit
- Krankentagegeld / Verdienstausschlag ohne Gesundheitsprüfung
- Alters- und Hinterbliebenenversorgung
- Regelmäßige Besuche bei Ihnen vor Ort



Sven Janßen und sein Team freuen sich auf Ihren Anruf.

+49-2103-78954-0

Auf dem Sand 10 | 40721 Hilden  
Fax: +49-2103-78954-25  
[Info@Hofmann-Vers.de](mailto:Info@Hofmann-Vers.de)  
[www.Hofmann-Vers.de](http://www.Hofmann-Vers.de)



## DEUTSCHSPRACHIGE EVANGELISCHE GEMEINDE



## Passion

An Aschermittwoch hat die Passionszeit begonnen, die siebenwöchige Fastenzeit im Christentum. Viele Menschen üben Verzicht in diesen Wochen, sie geben Genussmittel, schlechte Angewohnheiten und Bequemlichkeiten auf. Dies soll Christinnen und Christen an das Leiden Jesu auf dem Weg nach Jerusalem, ans Kreuz von Golgatha erinnern, durch das Fasten wollen wir als Glaubende zumindest ein wenig an diesem Leiden teilhaben. Und die Fastenzeit will uns auch vor Augen führen, dass wir unser Leben ändern, besser machen können.

Man könnte sagen, dass die Passion in unserem Leben momentan nicht auf diese sieben Wochen im Jahr beschränkt ist; man könnte sogar sagen, dass das Leiden, der Verzicht nun schon seit über einem Jahr unser Leben beherrscht. Passion, das Leben, wir haben doch viele Gewohnheiten unseres Lebens aufgeben müssen. Wir haben Einschränkungen hingenommen, auf Kontakt, Umarmungen, und Wiedersehen verzichtet. Und bisher gibt es zwar Lichtblicke, und wir wissen, es geht uns in Singapur in der Gesamtsituation doch recht gut, doch ein Ende ist noch nicht wirklich abzusehen.

Ich will dennoch die Passionszeit als Vorbild nehmen, denn diese Zeit endet nicht mit dem Karfreitag, endet nicht mit Tod, Trauer und Leid. Sondern auf Karfreitag folgt der Ostersonntag, auf den Tod folgt die Auferstehung, auf ein Ende folgt der Neuanfang. Es wird auch in unserem Leben, in dieser Pandemie so sein. Vielleicht wird es ein „wie früher“ nicht mehr geben, aber der Neuanfang ist schon am Horizont. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen frohe Ostern!

Ihr Pfarrer Daniel Happel

P.S. Alle Infos und Termine zu unseren Veranstaltungen wie auch zu den Gottesdiensten in der Passions- und Osterzeit finden Sie auf unserer Website [evkirche.sg](http://evkirche.sg), in unserem wöchentlichen E-Mail-Newsletter (den Sie auf der Website abonnieren können) oder auf Facebook und Instagram [@evkirche.sg](https://www.instagram.com/evkirche.sg).



**Deutschsprachige Evangelische Gemeinde**  
Pfarrer Daniel Happel  
4 Angklong Lane, #01-09 Faber Garden  
Singapore 579979  
Tel.: +65 8799 8872  
[evkirche.sg@gmail.com](mailto:evkirche.sg@gmail.com), [www.evkirche.sg](http://www.evkirche.sg)  
Facebook & Instagram [@evkirche.sg](https://www.instagram.com/evkirche.sg)

## DEUTSCHSPRACHIGE KATHOLISCHE GEMEINDE



## Liebe Leserinnen und Leser,

Endlich – es ist Licht am Ende des Tunnels, und das lange Warten hat bald ein Ende: **Erst kürzlich haben wir vom Erzbischof Singapur die frohe Nachricht erhalten, dass das MoM die Arbeitsbewilligung für unseren designierten Pfarrer, Reinhold Sahner, erteilt hat.**

Wir freuen uns alle riesig und sind dankbar. Sollte alles planmässig verlaufen, rechnen wir damit, Anfang April wieder einen „Hirten“ zu haben, der unsere Gemeindemitglieder näher zusammenführen kann, und mit frischen Impulsen aus seiner langjährigen Berufserfahrung auf verschiedenen Kontinenten für erneuten Aufwind sorgen wird. Coronabedingt durch die fehlenden persönlichen sonntäglichen Interaktionen und die zahlreichen Wegzüge hat der Zusammenhalt leider etwas gelitten.

Das soll jedoch nicht heißen, dass wir nicht aktiv sind. Dank der immer noch zahlreichen Freiwilligen vor und hinter der Kamera schaffen wir es, Sonntag für Sonntag, einen eigenen St. Elisabeth-Online-Wortgottesdienst zu streamen. Unsere Schwestergemeinden in Ho Chi Min Stadt und in Kuala Lumpur unterstützen uns dabei regelmässig. Und auch mit unseren Freunden aus der deutschsprachigen evangelischen Gemeinde feiern wir zwischendurch ökumenische Gottesdienste, wie zuletzt an Weihnachten. Die treuen Zuschauer nah und fern (ja, fast rund um den Globus) sind die beste Motivation, weiterzumachen.

Langsam und den derzeitigen Umständen angepasst kommt wieder vermehrt Leben in unsere Gemeinde, obwohl wir uns leider immer noch nicht in unserer schönen Kapelle Maris Stella treffen können.

Der Erstkommunionsunterricht hat bereits angefangen, im Moment noch mehrheitlich im Familienkreis der Erstkommunikanten. Wir hoffen jedoch, dass sich dies bald ändern wird, da nun Treffen bis zu 8 Personen möglich sind. Der direkte Austausch innerhalb einer Kleingruppe gestaltet den Unterricht intensiver, spannender und sicher auch lebendiger. Sollten Sie erst kürzlich in Singapur angekommen sein und interessieren sich für die Erstkommunion, ist es unter Umständen immer noch möglich, dazu zu stoßen.

Auch den Firmunterricht planen wir demnächst wieder aufzunehmen, genau wie andere Aktivitäten (z.B. *Pasta & Movie Night* für die Jugendlichen, oder etwa der *Men's Club*), bei denen wir uns mit Gleichgesinnten austauschen können. Unser Chor muss jedoch weiterhin pausieren. Natürlich können Sie sich aber bereits anmelden, wenn Sie Freude an modernen und weltlichen Liedern haben. Mitsingen können Sie derweil jetzt schon zuhause während des Wortgottesdienstes (-:

### Neugierig geworden? Dann schauen Sie doch rein!

Alle aktuellen Infos finden Sie unter: [www.dt-katholiken.sg](http://www.dt-katholiken.sg). Falls Sie Fragen und Anregungen haben oder sich einbringen möchten, schreiben Sie uns eine E-Mail auf: [gemeinde@dt-katholiken.sg](mailto:gemeinde@dt-katholiken.sg).

Wir freuen uns auf Sie! Ihr Pfarrgemeinderat



**Deutschsprachige Katholische Gemeinde**  
**St. Elisabeth**  
222 Duchess Avenue, #03-09  
Singapore 266338  
[gemeinde@dt-katholiken.sg](mailto:gemeinde@dt-katholiken.sg)  
[www.dt-katholiken.sg](http://www.dt-katholiken.sg)

# WAS IST LOS IN SINGAPUR?

AUSWAHL UND TEXT: PRISCA REITZ

## Hobbies und Kochen



### ECOSPERITY WEEK #ARECIPEFORCHANGE

SAMSTAG BIS SONNATG 13. BIS 21. MÄRZ 2021

Die Aktivitäten-Woche rund um das Thema Nachhaltigkeit ist organisiert von Temasek und bietet ein volles Programm von Kochdemonstrationen, Workshops und Webinaren – eine spannende Woche, in der es sich lohnt jeden Tag von dem reichhaltigen Angebot Gebrauch zu machen.

Alle weiteren Informationen unter:  
<https://www.ecosperity.sg/en/events/>

Wo: **Online**

Info: Ecosperity's Facebook Seite und bei <https://www.ecosperity.sg/en/events/>



Foto oben: Webinar mit *UglyFood* Co-Gründer, Yeo Pei Shan. Schritt für Schritt auf dem Weg zur ganzheitlichen Verwertung von Gemüse

## Kinder und Familie



### INTERAKTIVE MITMACHGESCHICHTE MIT OSTERBASTELEI - DIE OSTER-HÄSCHENSCHULE

3. APRIL 2021

Die Hasenkinder der Haschenschule, allen voran der freche Hans, erleben an Ostern eine Überraschung nach der anderen. Auf Deutsch, für Kinder im Alter von 4 bis 6 Jahre.

Wo: **RockingHorse PlayHouse**  
100 Turf Club Road, #01-02M Horse City

Wann: 10 Uhr, 11.30 Uhr, 13.30 Uhr und evtl. 15 Uhr, jeweils 1 Stunde

Karten: S\$ 45 (bestellen per Email)  
Info: [info@rocking-horse.online](mailto:info@rocking-horse.online)



### #SMALLBIGDREAMERSATHOME

NOCH BIS ZUM 28. MÄRZ 2021

Bekannt als #SmallBigDreamersAtHome, ist es das erste Online-Kunsthospital in Singapur, das eine Reihe von lustigen und fesselnden Aktivitäten für Familien und Kinder bietet. Dazu gehören interaktive Spiele und einfach zu befolgende, praktische Aktivitäten, bei denen Sie Ihre Kreativität entfesseln können, während Sie etwas über Kunstwerke aus der National-Sammlung und darüber hinaus lernen.

Wo: **Online**  
Wann: Täglich  
Karten: Eintritt frei  
Info: [www.nationalgallery.sg](http://www.nationalgallery.sg)

## Festivals, Messen, Treffpunkte

### LITE ON!

NOCH BIS ZUM 21. MÄRZ 2021

Noch bis zum 21. März leuchtet die *Lifestyle-Destination* für *Lite On!*, ein Kunstprogramm, das vier Instagram-würdige Werke der lokalen Künstler *Speak Cryptic*, *BOD*, *Space Objekt* und *Shophouse & Co.* präsentiert. Diese visuell anregenden und doch aussagekräftigen Mixed-Media-Arbeiten sind inspiriert von erdachten Landschaften, bestehenden Räumen und alltäglichen Dingen.

Wo: **Downtown East, Pasir Ris**  
Wann: Täglich  
Karten: Eintritt frei  
Info: [www.downtowneast.com.sg](http://www.downtowneast.com.sg)



### ONCE UPON THE TIME ON THE ORIENT EXPRESS

NOCH BIS ZUM 13. JUNI 2021

Begeben Sie sich auf eine faszinierende Reise durch die Geschichte des Orient Express und erleben Sie die Erfahrungen der Reisenden nach, die vor mehr als 100 Jahren an Bord des Zuges gingen.

Wo: **Gardens by the Bay**  
Wann: Montag, Dienstag, Freitag und Sonntag: 10 bis 21 Uhr,  
Mittwoch und Donnerstag:  
10 bis 19 Uhr,  
Samstag: 10 bis 22 Uhr

Karten: ab S\$ 25  
Info: <https://www.orientexpressexhibition.com/>

### SINGAPORE ART BOOK FAIR

FREITAG BIS SONNTAG, 5. BIS 7. MÄRZ 2021

Blättern Sie durch Zines, Kataloge und Bücher voller lebendiger Fotografie, Kunst und Design. Es ist der beste Ort, um unabhängige Künstler, Designer, Distributoren, Kleinverlage, Institutionen, Galerien, Zine-Macher und Druckereien zu entdecken.

Wo: **NTU CCA Singapore, Kent Ridge & The Curators Academy and T:>Works.**  
Wann: Täglich 12 bis 20 Uhr  
Karten: Eintritt frei  
Info: [www.singaporeartbookfair.org](http://www.singaporeartbookfair.org)

## Bildende Kunst

### HOME, TRULY: GROWING UP WITH SINGAPORE, 1950S TO THE PRESENT

NOCH BIS ZUM 29. AUGUST 2021

Anhand von Fotografien und Artefakten, sowie audiovisuellem Filmmaterial, Klängen, Gerüchen und speziellen digitalen Features erforscht Home, Truly die Momente und Erfahrungen in Singapurs Vergangenheit und Gegenwart.

Wo: **National Museum of Singapore**

Wann: Täglich 10 Uhr bis 19 Uhr

Karten: Eintritt frei

Info: [www.nationalmuseum.sg](http://www.nationalmuseum.sg)



### STAR WARS IDENTITIES - THE EXHIBITION

NOCH BIS ZUM 13. JUNI 2021

Die Ausstellung präsentiert fast 200 Originalobjekte aus dem umfangreichen Archiv des Lucas Museum of Narrative Art, um die Wissenschaft der Identität durch die Charaktere von Star Wars zu erforschen. Die Besucher begeben sich auf eine individuelle, interaktive Identitätssuche, um neue Erkenntnisse über die Star Wars-Charaktere – und sich selbst – zu gewinnen.

Wo: **ArtScience Museum**

Wann: Täglich

Karten: ab S\$ 25

Info: [www.marinabaysands.com/museum.html](http://www.marinabaysands.com/museum.html)

### WU GUANZHONG: LEARNING FROM THE MASTER

NOCH BIS ZUM 26. SEPTEMBER 2021

Die Ausstellung lädt Sie ein, Einblicke in die intimen Dialoge zwischen Wu und seinen Studenten an der *Central Academy of Art and Design* zu erhalten. Die Ausstellung erforscht zum ersten Mal Wus Philosophien von Kunst und Pädagogik anhand von Manuskripten, Kunstjournalen, Skizzenbüchern, Fotografien und Zeichnungen des Meisters und seiner Schüler.

Wo: **City Hall Wing, Level 4, Wu Guanzhong Gallery**

Wann: Täglich

Karten: General Admission S\$ 20

Info: [www.nationalgallery.sg](http://www.nationalgallery.sg)

## Tanz und Theater



### THE MAKER'S PROJECT PERFORMANCE: LITTLE MOURNINGS

LIVESTREAM, 11. BIS 17. MÄRZ 2021

Ein „Macher“ macht sich daran Theaterobjekte zu reparieren, die für immer archiviert werden sollen. Seine Zeit in der Werkstatt ist geprägt von den Geräuschen anlaufender Bohrer, von Schleifpapier, das raue Kanten glättet, von Hammerschlägen gegen Oberflächen, von Vogelstimmen vor dem Fenster, von Wind und von Regen. Während er bis zum letzten Objekt herunterzählt, fragt sich der Macher, ob das, was er tut, toten Dingen den Weg zurück ins Leben erleichtert, oder ob er nie eine Rolle zu spielen hatte.

Wo: **NAFA - Studio Theatre**

Wann: Livestream: 11. bis 17. März

Karten: ab S\$ 15

Info: [www.sistic.com.sg](http://www.sistic.com.sg)



### THE STUDIOS 2021 - BY DESIGN - BY CAKE, AN ESPLANADE COMMISSION

SAMSTAG, 24. APRIL 2021

*By Design* ist ein Kunstausflug, bei dem sich Grafikdesign und Performance in spielerischer Zusammenarbeit treffen. Ein von CAKE konzipierter und geleiteter Performance-Jam, bei dem die Grafikdesigner Vanessa Ban, Zach Lieberman und Amber Vittoria neue Stücke in Zusammenarbeit mit einer verblüffenden Reihe von Live-Performern schaffen.

Wo: **Esplanade Theatre Studio**

Wann: Fr. 24. April 2021, 19.30 Uhr und 22 Uhr

Karten: ab S\$ 35

Info: [www.sistic.com.sg](http://www.sistic.com.sg)

## Musik-Klassik



### SPARKLE & SERENITY - BEETHOVEN AND MOZART

FREITAG 16. APRIL 2021

Mozarts Klarinettenquintett ist einer der herz-wärmendsten Schätze der klassischen Musik, der eine Oase schwärmerischer Schönheit und Gelassenheit heraufbeschwört.

Wo: **Online**

Wann: 20 Uhr

Karten: S\$ 8

Info: [www.sso.org.sg](http://www.sso.org.sg)



### A GIFT TO THE UNIVERSE - CELEBRATING BACH III

FREITAG 21. MAI 2021

Rund 22 Milliarden Kilometer entfernt im All, liegt Bachs Brandenburgisches Konzert Nr. 3 neben anderer Musik und irdischen Klängen auf der Goldenen Schallplatte, die die Voyager-Raumsonden seit ihrem Abflug von der Erde im Jahr 1977 mit sich führen. Genießen Sie dieses Konzert mit der Violinistin Chloe Chua und dem Geiger Ye Lin.

Wo: **Online**

Wann: 20 Uhr

Karten: S\$ 8

Info: [www.sso.org.sg](http://www.sso.org.sg)

## Vorstellung der NEUEN regionalen Freihandelsabkommen

DR. PAUL WEINGARTEN (PARTNER)  
RÖDL & PARTNER SINGAPORE, paul.weingarten@roedl.com

**S**ingapur hat bereits 25 Handelsabkommen mit anderen Staaten abgeschlossen, von denen knapp die Hälfte regionale Abkommen sind. Kürzlich sind zwei neue auf den Weg gebracht worden: das **Regional Comprehensive Economic Partnership (RCEP)** zwischen den ASEAN Mitgliedsstaaten und China, Japan, Südkorea, Australien und Neuseeland sowie das **Comprehensive Agreement on Investment (CAI)** zwischen der Europäischen Union und China.

Die Handelsabkommen gewähren Unternehmen in Singapur erleichterten Zugang zu anderen Märkten, etwa durch reduzierte oder aufgehobene Zölle, erleichterte Einfuhrbestimmungen, vereinheitlichte Standards und Verfahren.

Manche Freihandelsabkommen gehen auch etwas weiter und regeln die gegenseitige Anerkennung von Zertifizierungen, beseitigen Quotenregelungen, reduzieren Beschränkungen ausländischer Investitionen oder staatlicher Eingriffe wie Subventionen und enthalten Bestimmungen zum Schutz geistigen Eigentums oder der Umwelt. Bereits in der Impulse berichtet, hat Singapur als erster Mitgliedsstaat des Verbands Südostasiatischer Nationen (ASEAN) ein Freihandelsabkommen mit der Europäischen Union abgeschlossen, das Ende 2019 in Kraft trat. Ende 2020 wurden die Verhandlungen zu zwei weiteren regionale Handelsabkommen abgeschlossen, von denen Singapur als Handels- und Dienstleistungs-Hub profitieren wird.

Am 15. November 2020 wurde das Abkommen über die *Regional Comprehensive Economic Partnership (RCEP)*

zwischen den ASEAN Mitgliedsstaaten und China, Japan, Südkorea, Australien und Neuseeland unterzeichnet – Covid-19 bedingt fand die Unterzeichnungszereemonie in digitaler Form statt. Es ist das weltweit größte Freihandelsabkommen gemessen am BIP und an der Bevölkerung (es umfasst beinahe ein Drittel der Weltbevölkerung).

RCEP zielt darauf ab, Handelsschranken zwischen den Vertragsstaaten zu beseitigen und neue Investitionsmöglichkeiten zu schaffen. Der Schwerpunkt liegt auf dem weitgehenden Abbau von Zöllen (für 92 Prozent aller Waren innerhalb der nächsten zwanzig Jahre) sowie einer Vereinfachung und Harmonisierung der Zollverfahren.

Das RCEP Abkommen enthält eigene Ursprungsregeln, *Rules of Origin*, die festlegen, welche Waren unter das Abkommen fallen und daher für eine Zollpräferenzbehandlung in Frage kommen. Sie stellen sicher, dass nur Produkte, die zumindest zu einem bestimmten Teil in einem der Vertragsländer produziert wurden, von den Zollvergünstigungen profitieren. Viele Vertragspartner haben bereits Freihandelsabkommen abgeschlossen, deren Anwendbarkeit allerdings mitunter kompliziert oder beschränkt sein kann. Ein Produkt aus Indonesien, das Teile aus Australien enthält, qualifiziert sich unter Umständen nicht für die zollrechtliche Privilegierung unter einem bestimmten existierenden Freihandelsabkommen, aber unter RCEP werden Teile aus allen Vertragsstaaten gleichbehandelt. Ein zusätzlicher Anreiz für Unternehmen, eine Lieferkette innerhalb der RCEP Region aufzubauen. Wer allerdings nicht vor Ort ist, kann auch nur sehr bedingt von RCEP profitieren.

Auch der Handel mit Dienstleistungen zwischen den Vertragsparteien soll durch die Beseitigung einiger restriktiver oder diskriminierender Maßnahmen erleichtert werden, wobei hier die meisten Vertragsparteien Vor-



behalte gemacht haben. Dies gilt insbesondere für Finanz- und Telekommunikationsdienstleistungen und freie Berufe.

Eine umfassende Verpflichtung zur Liberalisierung der Volkswirtschaften sieht RCEP nicht vor. Zu kritischen Themen wie internationalen Standards im Umweltschutz, Arbeitnehmerschutz, grenzüberschreitendem Datenaustausch oder der Begrenzung staatlicher Subventionen konnte kein Konsens gefunden werden.

Manche sehen in RCEP ein relativ schwaches Handelsabkommen, da es keine Monitoring- und Streitbeilegungsmechanismen vorsieht. Es sollte aber nicht übersehen werden, dass RCEP sehr unterschiedliche Länder mit teilweise angespannten diplomatischen Beziehungen, wie etwa China und Japan, unter einem Dach vereint. Das Abkommen ist jedenfalls als ein positives Signal für freien Handel und eine dynamische Wirtschaftsentwicklung in der Region zu sehen.

Vor seinem Inkrafttreten muss RCEP noch durch die meisten seiner Vertragsstaaten ratifiziert werden. Dieser Prozess könnte noch mindestens ein bis zwei Jahre in Anspruch nehmen.

Ein weiteres regionales Abkommen wurde Ende 2020 auf den Weg gebracht: Am 30. Dezember 2020 gaben China und die Europäische Kommission bekannt, dass sie die bereits Jahre andauernden Gespräche über ein

„Umfassendes Investitionsabkommen“ (*Comprehensive Agreement on Investment – CAI*) abgeschlossen haben.

Die Europäische Kommission bezeichnet CAI als das ambitionierteste Abkommen, das China bisher mit einem Drittland geschlossen hat. Das gilt insbesondere in Hinblick auf Zugeständnisse bei der Beschränkung ausländischer Investitionen sowie in den Bereichen staatlicher Subventionen und Technologietransfer. Kritiker bemängeln, dass die Verpflichtungen seitens Chinas zu vage gehalten seien.

CAI soll eigentlich die 25 bestehenden bilateralen Investitionsabkommen der EU-Mitgliedsstaaten mit China ersetzen. Der Vertragstext ist allerdings noch nicht finalisiert. Und vor Inkrafttreten muss das Abkommen noch vom Europäischen Parlament ratifiziert werden – ein Zeitrahmen ist hier also noch nicht abzusehen. ■

Weitere Informationen unter:

<https://www.roedl.de/themen/fta-asien-pazifik-china-asean-rcep-regional-comprehensive-economic-partnership-europa-dienstleistungen>

<https://www.roedl.de/themen/china-eu-investitionsabkommen-comprehensive-agreement-on-investment-cai-marktoeffnung>

Den Text mit den Links finden Sie auch auf unserer homepage [www.impulse.org.sg](http://www.impulse.org.sg) unter der Rubrik **Service**

## The NOW Reality

**Gernot Ringling** has been in the exhibition industry for 35 years in a career that started at MESSE DÜSSELDORF in Germany to heading up MESSE DÜSSELDORF ASIA in 1995 in Singapore, which he now calls home. He shares his expectations for the industry as the world prepares for a reset.

The exhibitions industry is undergoing tremendous change brought on by a pandemic that has altered the way we live and do business. We've also come to realise that the digital pivot that was the buzz in 2020 doesn't translate quite as well online for our industry. Exhibitions are an immersive sensory and cognitive experience particularly when dealing with expensive high-value investments. The vibrant and often spontaneous show floor encounters can't be replicated online. Iconic MICE events like the World Economic Forum's annual conferences are resisting going online completely. For only the second time in 50 years will the Special Annual Meeting be held outside Switzerland this August, with Singapore being the choice location. As the world prepares for a reset, hosting the meeting in Singapore is a reflection of the importance of ASEAN – the fastest growing region in the world.

A recent survey based on more than 9,000 responses from across 30 countries revealed that exhibitors and visitors continue to prefer live events indicating a clear desire to return to the show floors. The pandemic has intensified the value of personal and experiential nature of exhibitions as powerful sales and marketing

platforms to do business. There is a need to rethink of how exhibitions must scale up the in-person experience safely and sustainably, and adopt a more customer focused approach. The now reality of the industry is in embracing the hybrid model – events that straddle physical and cyberspace, as advanced technology, government support and incentives, safe management measures, and travel bubbles help to push the envelope for its reopening. The vaccine continues to make its way globally and with it more confidence, we should see some life coming back to exhibitions with Asia leading the way. In fact China has already seen recovery in physical exhibitions on a national level and with increasing attendees.

Exhibitions will return and remain a vital part of how we do business, but at the start we must expect tomorrow to look very different from yesterday. Giving confidence to markets by showing exhibitions can run safely where people continue to do business successfully will mean we must be prepared for more calibrated and targeted exhibitions, and offer digital extensions to optimise participation. Ours is a resilient industry. Once we have built confidence back, we will see the return of exhibitions even better than before.



Gernot Ringling,  
MD MDA, 2019

ADVERTORIAL



# Lust auf ein heißes Fußbad?

Die heißen Quellen in Sembawang sind einen Besuch wert!

TEXT UND FOTOS: ILKA LORENZ

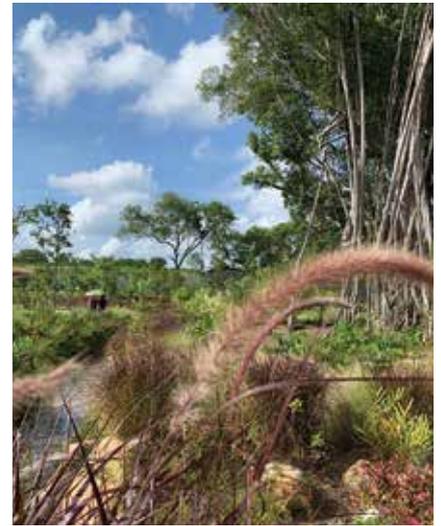
**A**uch wenn kalte Füße in Singapur nur dann ein Problem sind, wenn man die Klimaanlage zu kalt eingestellt hat oder wenn der Monsun im Januar mal wieder Temperaturen von nur 21 Grad Celsius beschert, lohnt sich für Liebhaber von Dampfbädern der Besuch des **Sembawang Hot Spring Parks**. Neben dem Militärgelände in Sembawang, an der Gambas Avenue, befinden sich Singapurs heiße Quellen, die im Laufe der Geschichte ganz unterschiedlich genutzt wurden.





Oben: Rustikaler  
Anblick der Quelle  
vor 2020.  
Foto: Kathleen  
Hering

Rechts: Impressionen  
von der Quelle,  
Fotos: Ilka Lorenz



## Geschichte

Entdeckt 1908 auf dem Gelände einer Ananas-Plantage, die sich im Besitz des chinesischen Kaufmanns *Seah Eng Keong* befand, wurde das Wasser von dem findigen Geschäftsmann zur Analyse nach London geschickt. Da das Wasser als unbedenklich zum Verzehr eingestuft wurde, ist es erst von ihm, ab den zwanziger Jahren des vorherigen Jahrhunderts vom Getränkehersteller *Fraser & Neave Ltd.* als Tafelwasser und Bestandteil von Erfrischungsgetränken abgefüllt und verkauft worden. Die Namen der Produkte lauteten zuerst *Zombun*, später *Salina*, *Seletaris* und *Zom*.

Die Bewohner des angrenzenden Dorfes schrieben dem schwefelhaltigen Wasser gesundheitsfördernde Effekte zu. Die vielfältige Nutzung – es wurde zu Bädern genutzt, Eier wurden und werden direkt vor Ort damit gekocht, Geflügel darin gerupft – brachte der Ortschaft schließlich den Namen *Kampong Ayer Panas* oder **Heißwasser-Dorf** ein.

Während der japanischen Besatzungszeit von 1942 bis 1945 entstanden diverse Thermalbadehäuser – *onsen* – auf dem Gelände, die aber zügig nach dem Abzug der Besatzungsmacht wieder abgerissen wurden.

Lange Jahre bot die Quelle danach einen eher rustikalen Anblick. Wer den Weg zwischen den Metallzäunen des angrenzenden Militärgeländes hindurchfand, sah sich einem rostigen Wasserhahn mit diversen Plastikkeimern gegenüber, einige allgegenwärtige Plastikstühle standen darum verteilt.

## Gegenwart

**2020 wurde nach einer Generalüberholung der Sembawang Hot Springs Park eröffnet.**

Die Quelle wird nun in einen Pool mit vier Etagen geleitet, der als Fußbad gedacht ist (mit 70°C auf der obersten und „nur“ noch 40°C auf der untersten Etage). Holzleimer und hölzerne Schöpfkellen laden zum „Kneipen“ ein. In Erinnerung an die frühere Nutzung ist außerdem eine Eierkochstation geblieben. Die Sitzplätze unter mit Elefantenwinde – *Argyrea nervosa* – bewachsenen Spalieren laden zum Verweilen im Schatten ein, ein kleiner Wasserspielbereich für die Kinder zum Spielen. Auf verschiedenen Tafeln kann man Wissenswertes über die Geschichte und die geothermischen Prozesse der Gegend lernen.

Die Quelle ist das Herzstück des aktuellen Parks mit seinen ungepflasterten Wegen, durch den kleine, von der Quelle ausgehende Bäche, fließen. Auf den Beeten findet man traditionell in den ehemaligen Dörfern angebautes Obst und Gemüse, sowie verschiedene Blumenarten, die in den 1960er und 1990er Jahren dort zu finden waren.

Gleichgeblieben sind der durchdringende Schwefelgeruch und die *uncles*, die das heiße Thermalwasser zum Waschen und Eierkochen nutzen und es in Plastikbehältern abgefüllt mit nach Hause nehmen. ■

# Lassen Sie Ihr Kind spielerisch wachsen



## Buchen Sie noch Heute eine Tour!

Mount Sophia ♦ 6337 4635  
Balmoral Crescent ♦ 6258 6061  
Pasir Panjang ♦ 6251 6451

[info@houseonthehill.com.sg](mailto:info@houseonthehill.com.sg)  
[www.houseonthehill.com.sg](http://www.houseonthehill.com.sg)

House on the Hill ist seit der Gründung in 2012 ein Familienunternehmen. Wir sind ein echter Montessorikindergarten, ein Ort des individuell betreuten Lernen. Mit uns kann Ihr Kind in einer offenen und anregenden Umgebung neue Fähigkeiten erlernen. Unser auf praktische Erfahrungen fokussierter Lehrplan ermöglicht jedem Kind sich in neues Wissen in seinem eigenen Tempo zu vertiefen und sich konstant weiterzuentwickeln.

- ♦ Ein führender Montessori Kindergarten
- ♦ Familienunternehmen
- ♦ Zweckmässig gestaltete Umgebung
- ♦ Individuell gestalteter Lehrplan
- ♦ Eine lebenslang positive Einstellung zum Lernen
- ♦ Fördert Unabhängigkeit

Was uns unter anderem begeistert, ist wie gut durchdacht der Lehrplan ist, welcher darauf ausgerichtet ist, die Kinder sowohl auf spielerische Art akademisch zu foerdern, als ihnen auch praktische Werte wie Umweltvertraeglichkeit und eine gesunde Lebensweise beizubringen.

**Sebastian und Sohna**  
Eltern von Naia



# Was macht die Corona Pandemie mit unserer Psyche?

TEXT: ANDREA JÖSTINGMEIER

**S**eit Anfang 2020 steht unsere Welt Kopf. Rasend schnell hat sich das Leben völlig verändert, in einem Ausmaß, das sich wohl keiner hätte vorstellen können. Was zunächst noch nach einem Problem aussah, das nur die anderen betrifft, hat uns dann nach kurzer Zeit erreicht, egal wo auf der Welt, auch hier in Singapur.

Plötzlich standen wir vor nie dagewesenen Veränderungen in unserem Leben, auf die wir keinen Einfluss und über die wir keine Kontrolle hatten. Unser Leben war nun teilweise fremdbestimmt. Für uns als *Expats* kam zudem hinzu, dass wir weit weg von Familie und Freunden festsaßen und das Heimatland im Notfall unerreichbar war. Nach wie vor ist das Reisen in die Heimat nur erschwert möglich.

Auch wenn wir in Singapur aktuell ein vergleichsweise normales, sicheres Leben führen können, bleiben Unsicherheit und Angst. Wie wird es weiter gehen? Wir haben keine Erfahrungswerte für eine solche Situation. Ohnmacht, Unsicherheit und Kontrollverlust führen zu Stress und können auch bei psychisch Gesunden ihre Spuren hinterlassen.

Wenn Stressoren wie Angst, Unsicherheit oder gar Zukunfts- und Existenzängste überhandnehmen, kann es schnell zu einem Teufelskreis kommen. Negative Gedanken dominieren und kreisen. Körperliche Symptome (Kopfschmerzen, Verspannungen, Unwohlsein, Schlafstörungen, innere Unruhe, Anspannung...) können hinzukommen. Die schlechte Stimmung schlägt in Traurigkeit, Niedergestimmtheit, Gereiztheit oder auch Aggressivität um. Ein Mangel von Strukturen führt zu Antriebslosigkeit, gefolgt von Rückzug und Passivität. Einmal in diesem Kreis gefangen, wird es mühsam, wieder hinauszufinden. Schlechte Tage mit negativen Gefühlen dürfen sein und dürfen zugelassen werden, sie sollen nur nicht überhandnehmen und unseren Alltag dominieren.

**Es kann hilfreich sein, sich bewusst zu machen, dass diese negativen Gefühle berechtigt sind in der derzeitigen Situation, sie aber nicht allgegenwärtig sein dürfen.** Sich aktiv damit auseinanderzusetzen und zu überlegen, was man tun kann, um wieder mehr positive Gefühle zu erfahren, kann Abhilfe schaffen. Was das sein kann, ist an individuelle Bedürfnisse anzupassen. Sport, eine bewusste Kaffeepause, das Lieblingsessen kochen, einen guten Freund anrufen... die Liste ist lang. Zudem ist es wichtig, regelmäßig Kontakt zu Familie und Freunden zu halten, sich auszutauschen, durch Videoanrufe ein Gefühl der Nähe trotz Distanz zu erfahren und

sich dabei immer wieder ins Gedächtnis zu rufen, dass wir da alle gemeinsam durchmüssen und betroffen sind.

Ein wichtiger Faktor, um dem Teufelskreis zu entkommen, ist eine Tagesstruktur. Auch wenn keine festen Termine anstehen, wenn es im Homeoffice oder in der Quarantäne egal ist, wie ich in den Tag starte, hilft eine feste Struktur, der Antriebslosigkeit entgegenzuwirken.

**Morgens zu einem festen Zeitpunkt aufzustehen, abends immer zur gleichen Zeit schlafen zu gehen, den Tag zu planen und gezielte Pausen mit positiven Aktivitäten (ein Telefonat, Spaziergang, Sport...) festzulegen hilft, der Negativspirale entgegenzuwirken.**

Pläne zu schmieden hilft, nach vorne zu schauen. Diese müssen aber realistisch bleiben. Eine tolle Reise als Ziel, wenn reisen wieder möglich ist, kann man sich setzen. Eine konkrete Reise für die nächsten Ferien zu planen, die dann doch nicht realisierbar ist, führt zu Enttäuschung und weiter in die Negativspirale. Sich kleine Ziele zu setzen, die aber positiv besetzt und umsetzbar sind, hilft nach vorne zu blicken.

Zudem kann ein bedachter Umgang mit Informationen und Nachrichten sinnvoll sein. Die Medien sind voll von Informationen über die Pandemie, alles dreht sich darum, egal ob Nachrichtensender oder soziales Netzwerk. Ein häufiges Beschäftigen und dauerhaftes Konsumieren von Nachrichten aus verschiedenen Quellen überfordert. Einmal täglich gezieltes Informieren bei vertrauenswürdigen Quellen genügt, um hinreichend informiert zu sein, Falschinformationen, die unnötig verunsichern, aus dem Weg zu gehen und den Kopf für andere Dinge frei zu haben.

**Zuletzt dürfen wir nicht aus den Augen verlieren, dass die Pandemie irgendwann vorübergehen wird und wir nicht in der aktuellen Lebenssituation verharren werden.** Es werden wieder bessere Nachrichten kommen und in kleinen Schritten werden wir uns wieder in Richtung Normalität bewegen.

Bis dahin heißt es: **GEMEINSAM DURCHHALTEN!** ■

# Sauce Hollandaise

TEXT UND FOTO: CHRISTIANE KRINK

**Endlich ist es wieder soweit! Ich kann mir die Monate April und Mai nicht – ich wiederhole und verstärke – überhaupt nicht ohne Spargel vorstellen.**

Den Spargel einfliegen zu lassen ist nicht der umweltschonendste Einkauf, aber eine Sauce Hollandaise passt auch hervorragend zum hiesigen grünen Spargel oder zum Beispiel auf ein Egg-Benedict-Schmankerl.

Wie wäre es mal mit einer **selbstgemachten** Sauce Hollandaise? Dauert keine zehn Minuten und ist mit dem richtigen Rezept schnell und fast gelingsicher gemacht.

- 250 g Butter**
- 3 Eigelb (Zimmertemperatur)**
- 1 TL Senf**
- 1 EL Zitronensaft oder Weißwein**
- 1 TL Salz**
- 1 Prise Pfeffer**

1. Die Butter muss bei sehr niedriger Stufe geschmolzen werden, damit sie nicht zu heiß, sondern nur handwarm wird.
2. In einem weiteren Topf das Eigelb mit dem Zitronensaft oder Weißwein, Salz und Pfeffer mit einem elektrischen Rührbesen über einem nur leicht köchelnden Wasserbad verrühren. Achte darauf, dass die Schüssel das Wasser nicht berührt und rühre nun so lange, bis die Eigelbmasse weißcremig ist (ca. zwei Minuten). Wird die Masse klumpig, war es ihr zu heiß!
3. Die handwarme Butter nun in einem sehr dünnen Strahl hinzufügen und weiterrühren, damit sich die Sauce gut verbindet.

Ist Dir zuviel Aufwand? Als ich es einmal besonders eilig hatte, habe ich die Eigelbe mit Senf, Salz und Pfeffer in einem Mixer (vorher kurz mit heißem Wasser ausgespült) fein gemixt. Dabei habe ich nach und nach die geschmolzene Butter in einem dünnen Strahl einfließen lassen, bis eine cremige Sauce entstanden ist. Mit Zitronensaft oder Weißwein abschmecken. Klappt auch, ist aber nicht ganz so cremig.



## Wie gut ist Ihre Krankenversicherung? EXPATRIATE SPEZIAL

- ▶ Wie bin ich im Alter versichert?
  - ▶ Bin ich pflegeversichert?
  - ▶ Wie ist die Situation bei einem Wechsel des Arbeitgebers?
  - ▶ Bin ich auf Reisen versichert?
  - ▶ Wie ist die Situation nach meiner Rückkehr nach Deutschland?
- Seit vielen Jahren sind wir vor Ort, in Singapur. Sie kümmern sich um Ihr Leben, wir kümmern uns um den Rest. Und wenn Sie noch eine Frage haben - Wir sind für Sie da!

GEHRMANN Solutions Pte. Ltd.  
Singapore 609916  
25 International Business Park  
#04-64 German Centre  
Tel. +65 65 617652  
Mob. +65 91263617  
Fax +65 65 617053

GEHRMANN Solutions Insurance Broker  
Deutschland  
Bei den Mühren 69  
20457 Hamburg  
Tel. +49 40 65067960  
Mob. +49 178 4744087  
Fax +49 40 65067978

[www.expatriateversicherung.com](http://www.expatriateversicherung.com)  
[insurance@karstengehrmann.com](mailto:insurance@karstengehrmann.com)



## BERUFSUNFÄHIGKEITS- VERSICHERUNG



### BRAUCH ICH DOCH NICHT, ODER?

#### Berufsunfähig - was nun?

- ▶ Wie versorge ich jetzt meine Familie weiter?
  - ▶ Gilt mein Versicherungsschutz weltweit?
  - ▶ Kann ich weiterhin meine Kosten decken?
  - ▶ Kann ich mir noch die gute Ausbildung meiner Kinder leisten?
- Wir bieten Ihnen Lösungen, die weltweit gültig sind. Mit der richtigen Vorsorge können Sie beruhigt leben. Wir beraten Sie gerne!

GEHRMANN Solutions Pte. Ltd.  
Singapore 609916  
25 International Business Park  
#04-64 German Centre  
Tel. +65 65 617652  
Mob. +65 91263617  
Fax +65 65 617053

GEHRMANN Solutions Insurance Broker  
Deutschland  
Bei den Mühren 69  
20457 Hamburg  
Tel. +49 40 65067960  
Mob. +49 178 4744087  
Fax +49 40 65067978

[www.expatriateversicherung.com](http://www.expatriateversicherung.com)  
[insurance@karstengehrmann.com](mailto:insurance@karstengehrmann.com)



### Camden

1 Orchard Boulevard  
#14-05/06/07  
Camden Medical Centre  
Singapore 248649  
T 6733 4440  
E camden@imc-healthcare.com

### Jelita

293 Holland Road  
#02-03/04  
Jelita Cold Storage  
Singapore 278628  
T 6465 4440  
E jelita@imc-healthcare.com

### Katong

86-88 East Coast Road  
#02-07  
Katong Square  
Singapore 423371  
T 6342 4440  
E katong@imc-healthcare.com

### Children's

1 Orchard Boulevard  
#14-01/02/03  
Camden Medical Centre  
Singapore 248649  
T 6887 4440  
E paediatric@imc-healthcare.com

[www.imc-healthcare.com](http://www.imc-healthcare.com)

 @IMCSG

 @international\_medical\_clinic

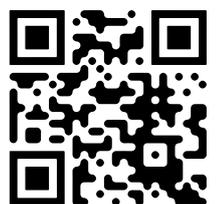


*Dr Vinu Sahlén,  
Zweiter Abschnitt Certificate  
(Aachen, Germany),  
MRCS (UK),  
GDFM (Singapore).  
Based at IMC Camden  
Sprachen: English, Deutsch,  
Swedisch*

## IHRE FAMILIE, UNSERE PRIORITÄT

Die International Medical Clinic (IMC) ist spezialisiert auf Familien-, Kinder- und Reisemedizin. Seit mehr als 20 Jahren gewährleistet die IMC die medizinische Versorgung für die internationale Gemeinschaft in Singapur. Die IMC bietet in vier Arztpraxen eine qualitativ hochwertige Gesundheitsversorgung für Erwachsene und Kinder in einfühlsamer und familiärer Atmosphäre an.

**Reservieren Sie Ihren Termin heute.**



Scan for more  
information

# Tarnen und Täuschen

ÜBERLEBENSSTRATEGIEN IN DER HEIMISCHEN TIERWELT

TEXT UND FOTOS: ROBERT HEIGERMOSER

1

2

Fotos oben:  
1 - Steinfisch  
2 - Sackträgermotten

**F**ressen und gefressen werden heißt das Spiel, es geht um alles oder nichts, um Leben und Tod. Der tägliche Kampf ums Überleben ist hart – wer zum Anbeißen aussieht, dem wird eher früher als später genau dieses Schicksal widerfahren. Tarnen und Täuschen ist daher die Devise.

Die Strategien dahinter sind simpel: Wenn man nicht gefressen werden will, sollte man am besten nicht wie eine Mahlzeit aussehen. Wenn man seine Beute überraschen will, sollte man nicht buchstäblich wie ein bunter Hund durch den Wald fegen.

Hier einmal ein paar Beispiele für perfekte Tarnung aus den Tiefen und Untiefen der Wälder und Gewässer Singapurs, die jeden Rekruten vor Neid erblassen lassen würden.

Um sich allzu neugierigen Blicken zu entziehen, schlüpfen die Raupen von **Sackträgermotten** (2) in einen selbstgewebten Sack aus Seide, den sie artspezifisch mit kleinen Zweigen und/oder Blattstücken dekorieren.



Was wie das Ergebnis eines Amoklaufs mit einem Locher aussieht, ist das Werk der Raupen von **Pagoden-Sackträgermotten**, die sich aus den kreisrund ausgeschnittenen Blattstücken ein Gehäuse in Pagodenform basteln.

**Dekorateurkrabben** verdanken ihren Namen der Angewohnheit, ihren Körper mit Algen, Muschel- und Korallenfragmenten der Schwämmen aufzuhübschen. Meistens bemerkt man ihre Gegenwart erst, wenn sich das Häuflein Korallenschutt, neben dem man gerade steht, plötzlich in Bewegung setzt.

Ähnliches gilt für **Schwammkrabben**: Sie benutzen einen noch lebenden Schwamm zur Tarnung, den sie sich wie einen Hut überstülpen.



Damit Tarnfarben ihre volle Wirkung entfalten, kommt es natürlich auch auf den passenden Hintergrund an. Während der eine **Nachtfalter** förmlich mit der Rinde des Baumes verschmilzt, scheint der andere am Waldboden nur ein Blatt unter vielen zu sein, das zudem schon angebissen wurde.



Who's who? **Ameisenspringspinnen** imitieren den Körperbau oder den Geruch von Ameisen, um näher an ihre Opfer zu gelangen oder um Fressfeinde zu täuschen, die die aggressiven und säureverspritzenden Sechsheiner meiden. Zur besseren Tarnung halten diese Spinnen sogar ihr vorderstes Beinpaar hoch, um Antennen zu simulieren. Hier hat sich eine Spinne (rechts) eine Ameise geschnappt (links).



Bei Ebbe weiden **Onchidium-Schnecken** Algen von Baumstämmen oder Felsen im Gezeitenbereich ab. Ihre ledrige und in Tarnfarben gehaltene Haut schützt sie vor dem Austrocknen und macht sie fast unsichtbar auf den verkrusteten und mit Algen bewachsenen Felsen.



Gelegentlich kann man im Wasser ein faszinierendes Phänomen beobachten. Obwohl die Strömung in eine Richtung fließt, schwimmt ein kleines Blatt zielstrebig in die entgegengesetzte Richtung. Dreht man das Blatt um, lüftet sich das Geheimnis. Eine **Blatträgerkrabbe**, die sich unter dem Blatt wie unter einem Schirm versteckt und so getarnt ihren Fressfeinden ein Schnippchen schlägt.



Absonderungen aus Wachs machen aus den Nymphen der **Spitzkopffzikaden** ein flauschiges, faseriges Irgendwas, das eher an einen Fussel als an eine Mahlzeit erinnert. Flügelform und -haltung sorgen dann auch im Erwachsenenstadium dafür, dass sie von potenziellen Fressfeinden nicht als Appetithappen ausgemacht werden.



Bewegungslos, halb im Sand eingebuddelt und mit Algen bewachsen, liegen **Steinfisch** (1) und **Anglerfisch** in flachen Küstengewässern meisterhaft getarnt zwischen Gesteinsbrocken und Korallenschutt am Meeresboden auf Lauer. Während letzterer harmlos ist, macht das in seinen Rückenlossenstacheln sitzende Gift ersteren zu einem der gefährlichsten Fische der Welt: Einmal kurz draufgestiegen, und der Urlaub ist im Krankenseimer. Es empfiehlt sich deshalb, beim Baden im Meer immer Schuhe mit festen Sohlen zu tragen.



**Schildkäferlarven** verstecken sich unter einer Tarnkappe aus Exkrementen und sonstigem Abfall, die sie einem potenziellen Fressfeind nötigenfalls ins Gesicht schleudern. Trotz einer besch...enen Kindheit wird aus ihnen jedoch ein hübscher kleiner Käfer.



Gleiche Strategie, unterschiedliches Ziel. Sie gaukeln vor, nur ein Blatt im Wind, nur ein unscheinbares Zweiglein im Gestrüpp zu sein. Doch während **Fangschrecken** damit nicht vorzeitig als Bedrohung von der von ihr anvisierten Beute wahrgenommen werden wollen, versuchen **Gespensschrecken**, sich nicht als lohnende Beute zu outen.

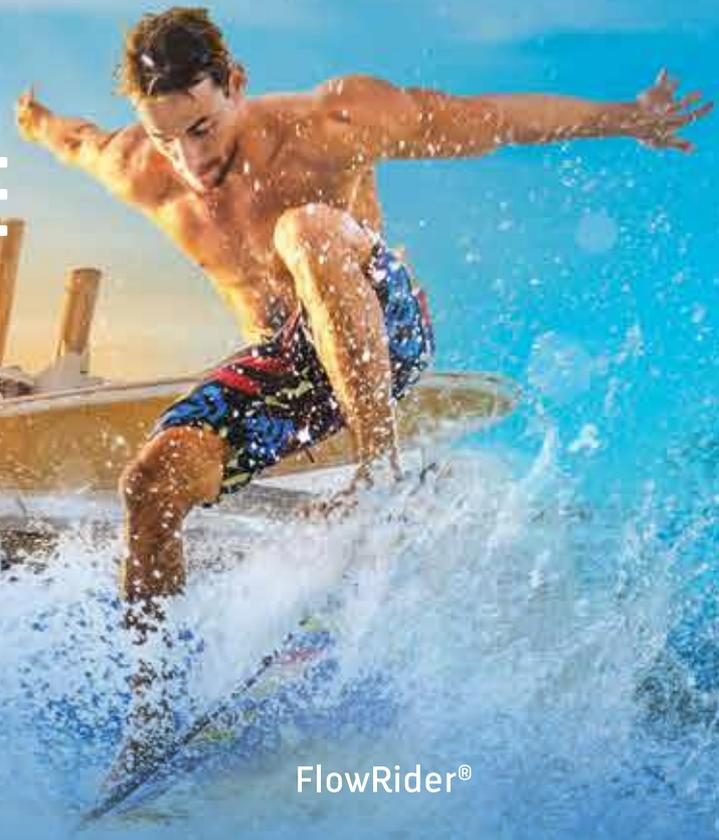


Wegen ihres mit Haaren bedeckten Körpers wird die **Borstenhaarkrabbe** auch als *Teddy Bear*-Krabbe bezeichnet. Während die Härchen helfen, die Körperform aufzulösen, sorgt das sich zwischen den Borsten ansammelnde Sediment dafür, dass die Krabbe mit seiner Umgebung eins zu werden scheint. Langsame Bewegungen komplettieren die Tarnung.



# SURF'S UP FOR THE ULTIMATE OCEAN GETAWAY

SEAS  
THE  
DAY



FlowRider®

## Quantum of the Seas® 2<sup>^</sup>/3-NIGHT OCEAN GETAWAY

### Singapore Departures

2021 Mar 22, 29, Apr 5, 8<sup>^</sup>, 26, 29<sup>^</sup>,  
May 1, 4<sup>^</sup>, 10, 17, 24, 27<sup>^</sup>, 29, Jun 1<sup>^</sup>, 7, 14, 21

## Quantum of the Seas® 4-NIGHT OCEAN GETAWAY

### Singapore Departures

2021 Mar 18, 25, Apr 1,  
May 6, 13, 20, Jun 3, 10, 17

**FREE DOUBLE UPGRADE\*** **SPECIAL OFFER**  
PROMO CODE: ROYALTREAT

Follow us on Telegram @RoyalCaribbeanSG



Quantum of the Seas®



RipCord® by iFLY®



Bumper Cars

Call 9863 5476 / 8339 8743 / 9834 0794 or  
email [salessg@rcclapac.com](mailto:salessg@rcclapac.com) to book your next holiday!



\*Free double upgrade is only applicable from interior to balcony stateroom. Valid for new bookings from 8 to 31 Mar 2021. It is non-combinable with selected promotions and can only be booked through [salessg@rcclapac.com](mailto:salessg@rcclapac.com). Not applicable for online bookings. Please indicate promo code: ROYALTREAT upon booking. All of the above information is correct at the time of print, subject to availability, and change without prior notice. Other terms apply.



## BIN ICH GESTRESST?

Zu irgendeinem Zeitpunkt haben wir alle einmal Stress. Es ist dieser allseits bekannte Adrenalinstoß, den man hat, wenn man eine Bedrohung spürt, z.B. wenn man den sicheren Halt unter seinen Füßen verliert. Der Herzschlag und die Atemfrequenz gehen ganz schnell nach oben, Sie greifen rasch nach einem Geländer. In der Tat ist Stress eine natürliche Körperreaktion „-kämpfe“ oder „-fliehe“ –, welche uns bei der Abwehr einer potentiellen Gefahr hilft. Im gewöhnlichen Alltagsleben spornt uns der Stress dazu an, einen Termin einzuhalten oder die Kinder so rechtzeitig aus dem Haus zu schicken, dass sie noch ihren Schulbus erreichen können.

Wenn Sie jedoch unter häufigem, langanhaltendem oder intensivem Stress leiden, kann das Ihre Gemütslage und Gesundheit bzw. Ihre persönlichen Beziehungen beeinflussen. In diesem Fall sollten Sie etwas zum Ausgleich tun.

### Wie fühlt man sich bei Stress?

“Meine Gedanken schwirren im Kopf herum; ich kann mich nicht konzentrieren und meine Sorgen nicht abschalten.“

Sie spüren vielleicht, dass Ihre Gedanken rasen bzw. Sie über viele Dinge zur gleichen Zeit besorgt sind. Sie spüren eventuell Grenzen oder Ängste und haben das Gefühl vom Überwältigtsein. Ihre Konzentration kann nachlassen und Sie haben bei Entscheidungsfindungen Probleme, selbst bei einfachen. Sie freuen sich nicht mehr über Dinge wie früher.

### Wie sehen die Auswirkungen auf Ihren Körper aus?

“Ich habe das Gefühl, dass ich nicht mehr tief durchatmen kann und die Welt sich um mich herum kreist.“  
Bei zu viel Stress haben Sie eventuell ein oder mehrere der folgenden Symptome.

- flache Atmung oder Hyperventilieren
- Anspannungen in den Muskeln
- verschwommene Sicht oder brennende Augen
- Probleme beim Einschlafen, Durchschlafstörungen oder Alpträume
- sexuelle Probleme, z.B. Verlieren des Interesses am Sex oder die Unfähigkeit, beim Sex Spaß zu haben
- ständiges Müdigkeitempfinden
- Zähneknirschen oder Kieferpressen
- Kopfschmerzen
- hoher Blutdruck
- Verdauungsbeschwerden oder Sodbrennen
- Gefühl von krank, schwindlig oder ohnmächtig sein

### Wodurch wird Stress verursacht?

Die Schwelle, von Stress überwältigt zu werden, ist individuell verschieden, genau so wie dessen Auslöser. Es kann bei Ihrer Arbeit ein großes Projekt sein, ein Kind zu haben, das beim Essen stets gereizt ist, oder Probleme in Ihrer Beziehung. Selbst freudige Ereignisse, z.B. eine bevorstehende Heirat, können zu einem hohen Stress-Niveau führen.

Singapur wird weltweit oft als die beste Wunschadresse für Ausländer genannt. In der Tat können wir alle auf die großartigen Privilegien und Chancen bauen. Mit dieser neuen Lebensweise gehen jedoch einige unvorhergesehene Stressfaktoren einher. Dazu gehören z.B. die Sorge nach der finanziellen Zukunft, die Jobsicherheit und die Zahlung der Schulgebühren. Evtl. muss ein Partner beruflich oft reisen, was eventuell die Beziehung belastet.

Kulturschock, Vereinsamung und Verlust Ihres Netzwerks können Ihre Stressbewältigung beeinträchtigen. Oft geben Leute neuen Freunden und den Lieben zu Hause ein frohes Image ab, obwohl sie sich im Inneren überrannt fühlen.

### Wie bewältige ich meinen Stress?

Gut geeignete Änderungen:

- Zunächst stellen Sie alle Stressursachen zusammen. Es hilft, wenn Sie diese aufschreiben. Sie sind eventuell selbst überrascht, wie viele Sie zur gleichen Zeit zu bewältigen haben.
- Schreiben Sie eine Liste mit abzuarbeitenden Dingen auf. Setzen Sie sich einen realistischen Plan, wie Sie diese Aufgaben abarbeiten wollen. Strukturieren Sie diese in kleinere, eher überschaubare Jobs.
- Legen Sie eine Pause ein und überlegen Sie sich dabei, was später gemacht werden kann.
- Bitten Sie zu Hause oder bei der Arbeit um Hilfe, um die Belastung zu reduzieren.
- Akzeptieren Sie, was Sie nicht ändern können.
- Machen Sie eine Pause. Belohnen Sie sich für das, was Sie bereits erreicht haben, selbst bei kleinen Dingen. Akzeptieren Sie Ihre Fehler und freuen Sie sich auf neue Aufgaben. Nehmen Sie ggf. Urlaub.

Änderungen in Ihrer Lebensweise:

- Geben Sie sich mehr Zeit für Ihre Freunde und Familie, erweitern Sie Ihr persönliches Netzwerk.
- Schaffen Sie sich ein neues Hobby bzw. ein altes Interesse. Dadurch kann man gut Gleichgesinnte finden.
- Treiben Sie Sport, um das Adrenalin und Cortisol zu verbrennen, das bei Stress produziert wird. Selbst ein schneller Spaziergang im Park kann gut helfen, den täglichen Stress abzubauen.
- Essen Sie gesunde und abwechslungsreiche Kost.
- Nehmen Sie sich eine gute Nachtruhe.
- Reduzieren Sie Ihren Alkoholkonsum sowie das Rauchen.

### Was gibt es sonst noch?

Wenn Sie das oben Gesagte ausprobieren, doch der Stress beeinflusst Sie immer noch, sollten Sie einen Arzt aufsuchen, der Ihnen andere Behandlungsmethoden empfiehlt, z.B. kognitive Verhaltenstherapie und Medikamente.



Dr Sundus Hussain-Morgan  
IMC Katong  
MBBS (London, UK), MRCP  
(UK), MRCGP (UK)



Dr Vinu Sahlén  
IMC Camden  
Zweiter Abschnitt Certificate  
(Aachen, Germany), MRCS  
(UK), GDFM (Singapore)

International Medical Clinic (IMC) hat zwei deutschsprachende Ärzte:

Dr. Sundus Morgan (IMC Katong),  
Dr. Vinu Sahlén (IMC Camden).

Besuchen Sie uns bitte unter:  
[www.imc-healthcare.com](http://www.imc-healthcare.com)



# TWINKLE CHILDCARE 2021 Registration now open



**WE CARE FOR YOUR CHILDREN**

Twinkle Formula: Happy children =  
**Learning better + more creative + realizing full potential**  
 Singapore School Readiness Program based on Montessori methods  
 English, Mandarin and German

Full-day - 7am to 7pm (Mon-Fri): Monthly Fees: S\$ 1300  
 Half-day - AM or PM (Mon-Fri): Monthly Fees: S\$ 1000  
 Bus Transport available.



GERMAN language offered / Call Ms Evelyn at **97707452** or **64682881**

**SD Aircon provides strict**

**“JAPANESE PREMIUM CLEANING SERVICE”**

**Our competitive Advantage**



**Thorough & detailed cleaning process**



**On time and reliable service**



**Fuss free with no mess after our work**



**Cleaning section**



- ✦ Behind the cover (Indoor Unit)
- ✦ Filter (Indoor Unit)
- ✦ Drain pipe
- ✦ Coil (Indoor Unit)
- ✦ Coil's drain receptacle
- ✦ Ventilation duct



**SINGAPORE BIKEN PTE LTD**  
**Tel: +65-6467-4778**

FAX: +65-6467-3998  
 Email: [sd-aircon@sgbiken.com](mailto:sd-aircon@sgbiken.com)  
 Operation hour: 9:30 - 18:00  
 (Except for Sunday and Holidays)

**CALL US NOW**



## YOUR CULTURE – MY CULTURE – OUR EXCHANGE

### DEALING WITH GERMANS

TEXT: VINI

**A**re you working with German colleagues in your company? Did you ever wonder why their style of communication seems so direct compared to your culture's communications style? Nowadays intercultural understanding is really important as we frequently live and work together with many people of different nationalities.

There are close to 2,000 German companies in Singapore which create some 45,000 employment opportunities to Singaporean residents, the vast majority of those being Singaporeans. Apart from the occasional strong accent in speaking English, German business culture has many similarities with Singaporean ways of working, but there are also some aspects that are very different.

According to the economic overview of Germany on German Trade and Investment (gtai.de), 26 percent of Germany's GDP comes from manufacturing. International trade is dominated by chemical companies (including pharmaceuticals), and businesses in automotive, machinery, electronics and electrical engineering. All of these sectors are strongly driven by engineering and science-based technical precision. The backbone of this economic success is in Germany's small and medium sized enterprises (SME), mostly referred to as *Mittelstand* companies. They can be rather big in comparison to other countries' SMEs. What they have in common is that in many cases, these *Mittelstand* companies are family-owned and decisions are made on a fact-based decision process to secure the survival and growth of the company.

Those of you who have studied natural sciences know that precise wording, exact knowledge of facts and exchange of technical details are extremely important for success in your field of expertise. You might come to the point very quickly that small talk is not your thing, as you are very focused and target oriented. Sounds familiar? That's probably why getting straight to the point, sometimes at the risk of being considered rude, or at least not very diplomatic, is probably one of the main characteristics of the communication style of many Germans.

#### So how does this apply to Singapore?

Most companies have a regional outreach and are sales driven. You will likely encounter different types of people, because they might not be quite so technically oriented. However, if you want to sell an idea or a product in Germany, you will have to persuade the other side of the technical advantages of your product, its specific performance data and the technological advances over a previous product. Time is money and most meetings in Germany run to a tight schedule. So, you might often find yourself engaging in a very direct, to-the-point conversation with a salesperson.

For people with a business background in South East Asia, there is sure to be some adjustment or understanding, and patience needed, as it usually takes a while to get to know your future business partner before committing to a business deal. As we know, the approach in this part of the world is to have many meetings, luncheons and a 'small steps' approach to gain confidence and trust in your new business partner.

So, what does that mean for Singaporean, or South-East Asian natives? Firstly, do not be surprised if there are very short introductions and meetings aimed at getting straight to the point. Secondly, come prepared with all the available data and facts that are necessary for your conversation. This will automatically earn you the trust of your German counterparts as a knowledgeable and competent person. Thirdly, be prepared for questions to be asked in a very direct way and very often without much small talk or diplomatic considerations. The way to establish a long-lasting working relationship for Germans is, generally speaking, based on the following: Hard facts come first and starting from there, a better knowledge and understanding of the business partner is being developed and a more personal relationship is reached. This sequential order is often reversed in Singapore and South East Asia. Over here, before you even start talking about the product you try to understand and get to know your business partner as a person. In Germany, in most cases the product comes first and then the interpersonal relationships develop.

**Between both countries, we can all work harder to understand our differing cultural approaches so that at the end of the day, everyone is well served. Read more about this topic in our next edition. ■**

# SMILE. EASY.



**expatdental**<sup>®</sup>

expatdental<sup>®</sup> offers a full range of orthodontic treatments for the whole family. Services include braces, Invisalign<sup>®</sup>, adult orthodontics, retainers and orthodontic appliances.



Novena Medical Center, 10 Sinaran Drive  
#08-15/16, Singapore 307506  
20 Malacca Street, #01-00, Singapore 048979  
tel: +65 6397-6718 | 24HR: +65 9833-8706  
[www.expatdental.com](http://www.expatdental.com)