

BW1 Noah Rothe

Tagesordnungspunkt: 2.9. Wahl: Politische*r Geschäftsführer*in

Selbst·vorstellung

Wenn ihr mich wählt, dann möchte ich die Arbeit des restlichen Vorstandes deutlich erleichtern. Die anderen Vorstandsmitglieder sollen sich viel stärker als bisher auf inhaltliche Arbeit konzentrieren können. Zusätzlich sollen sie den Kaktus besser nach außen vertreten können.

Selber möchte ich aber auch zwei Themen inhaltlich voranbringen. Das ist zum ersten der Queerfeminismus. Hier würde ich schauen, dass ich vor allem mit den beiden Sprecher*innen der zuständigen AG und de Beauftragten für Frauenförderung und Geschlechterstrategie zusammenarbeite.

Als zweites möchte ich weiterhin viel im Kampf gegen Rechts voranbringen. Das werde ich hauptsächlich mit der AG Antifaschismus versuchen.

Der Kaktus ist in den letzten Jahren stark gewachsen. Aus diesem Grund ist eine Reform unserer Arbeit bitter nötig. Das Plenum muss wieder deutlich mehr inhaltlich arbeiten können und gleichzeitig sollte es inklusivere Formen der politischen Arbeit geben. Dazu muss viel Arbeit ausgelagert werden und ein großes Zahnrad in dieser Lösung sind neue und alte Arbeitsgruppen, die zu ganz unterschiedlichen Dingen arbeiten. Diesen Reformprozess will ich mitgestalten und versuchen eure Vorstellungen umzusetzen.

Im kommenden Jahr möchte ich möglichst vielen Kakteen die Möglichkeit geben sich zu einer*m Multiplikator*in ausbilden zu lassen. Hierbei bietet der Bundesvorstand Seminare (Train-the-Trainers) zu den verschiedensten Themen an, die euch befähigen sollen anderen Leuten diese Themen zu lehren. Eine stärkere Zusammenarbeit gilt natürlich auch für umliegende Basisgruppen im Münsterland, Westfalen oder dem Ruhrgebiet.

Da ich die Idee dumm finde, dass man kompetenter ist wenn man schon etliche andere Ämter übernommen hat, habe ich mir ein paar schöne Titel ausgedacht und rechts in den Lebenslauf geschrieben.

Noah

PS: Es gab mir gegenüber den Vorwurf, dass ich ein neues Vorstandsamt schaffen wolle, damit ich selbst einen Posten übernehmen kann. Das ist natürlich vollkommen wahr. *Ironie aus*

Aus diesem Grund werde ich meine Bewerbung zurückziehen, wenn es andere Bewerbungen auf dieses Amt gibt. Offen oder Frauen*Inter*Trans* ist egal.

Aber natürlich lieber eine FIT*- Person.

Der Vorstand arbeitet sehr viel.

Ich möchte es ihm leichter machen.

Der Rest soll mehr inhaltlich arbeiten.

Meine zwei Themen sind:

Queer·feminismus

Kampf gegen Rechts

Ich werde eng mit den Arbeitsgruppen arbeiten.

Wir sind heute sehr viele Kakteen.
Das ist ein Problem.
Und eine Chance.
Das Plenum muss weniger organisieren.
Wir brauchen mehr Arbeits-gruppen.
Ich möchte bei der Reform helfen.
Der Bundes-vorstand bildet Leute aus.
Diese bilden selbst andere Leute aus.
Das sollen mehr Kakteen machen.
Wir arbeiten wenig mit den umliegenden Basis-gruppen.
Das ändere ich.
Manche Leute geben mit ihrem Lebens-lauf an.
Für Posten im Kaktus ist das dumm.
Rechts steht deshalb nur Quatsch.
Noah
PS: Ich brauche keinen Posten im Vorstand.
Du kannst dich gerne bewerben.
Dann bewerbe ich mich nicht mehr.
Offen oder Frauen*Inter*Trans* ist egal.
FIT*-Personen wären besser.

Bewerbung als Politischer Geschäftsführer In Leichter Sprache

KAKTUS
Grüne Jugend Münster



Noah

Der Vorstand arbeitet sehr viel.
Ich möchte es ihm leichter machen.
Der Rest soll mehr inhaltlich arbeiten.

Meine zwei Themen sind:
Queer-feminismus
Kampf gegen Rechts
Ich werde eng mit den Arbeits-gruppen arbeiten.

Wir sind heute sehr viele Kakteen.
Das ist ein Problem.
Und eine Chance.
Das Plenum muss weniger organisieren.
Wir brauchen mehr Arbeits-gruppen.
Ich möchte bei der Reform helfen.
Der Bundes-vorstand bildet Leute aus.
Diese bilden selbst andere Leute aus.
Das sollen mehr Kakteen machen.
Wir arbeiten wenig mit den umliegenden Basis-gruppen.
Das ändere ich.

Manche Leute geben mit ihrem Lebens-lauf an.
Für Posten im Kaktus ist das dumm.
Rechts steht deshalb nur Quatsch.

Noah

PS: Ich brauche keinen Posten im Vorstand.
Du kannst dich gerne bewerben.
Dann bewerbe ich mich nicht mehr.
Offen oder Frauen*Inter*Trans* ist egal.
FIT*-Personen wären besser.

Lieblingstiere:

Wombats und Capybaras.

**Lieblingsposition im
Regenbogensaal:**

Wandseite

Lieblingsplenum im Monat:

Der dritte Donnerstag im
Monat,
weil wir dann immer
zusammen kochen.

Sinn dieser Seitenspalte:

0,0

Bisherige Posten:

685 cal. BP: König von
Babylonien und Assur

1922-1912: Co-Erfinder der
Farbe Grün (wird erst nach
dem Tod 2020 anerkannt
werden)

2002-2017: Schatz-meister
der Gesellschaft der
popelnden Einhörner zu
Herne e.V.

seit 333: stolzer Halb-satanist
in der Fegefeuer GmbH

seit 1863: Probe-mitglied der
Internationalen Rot-kreuz-
und Rot-halb-mond-Bewegung

Bewerbung als Politischer Geschäftsführer

KAKTUS
Grüne Jugend Münster



Wenn ihr mich wählt, dann möchte ich die Arbeit des restlichen Vorstandes deutlich erleichtern. Die anderen Vorstandsmitglieder sollen sich viel stärker als bisher auf inhaltliche Arbeit konzentrieren können. Zusätzlich sollen sie den Kaktus besser nach außen vertreten können.

Selber möchte ich aber auch zwei Themen inhaltlich voranbringen. Das ist zum Ersten der Queerfeminismus. Hier würde ich schauen, dass ich vor allem mit den beiden Sprecher*innen der zuständigen AG und de Beauftragten für Frauenförderung und Geschlechterstrategie zusammenarbeite.

Als Zweites möchte ich weiterhin viel im Kampf gegen Rechts voranbringen. Das werde ich hauptsächlich mit der AG Antifaschismus versuchen.

Der Kaktus ist in den letzten Jahren stark gewachsen. Aus diesem Grund ist eine Reform unserer Arbeit bitter nötig. Das Plenum muss wieder deutlich mehr inhaltlich arbeiten können und gleichzeitig sollte es inklusivere Formen der politischen Arbeit geben. Dazu muss viel Arbeit ausgelagert werden und ein großes Zahnrad in dieser Lösung sind neue und alte Arbeitsgruppen, die zu ganz unterschiedlichen Dingen arbeiten. Diesen Reformprozess will ich mitgestalten und versuchen eure Vorstellungen umzusetzen.

Im kommenden Jahr möchte ich möglichst vielen Kakteen die Möglichkeit geben sich zu einer*m Multiplikator*in ausbilden zu lassen. Hierbei bietet der Bundesvorstand Seminare (Train-the-Trainers) zu den verschiedensten Themen an, die euch befähigen sollen anderen Leuten diese Themen zu lehren. Eine stärkere Zusammenarbeit gilt natürlich auch für umliegende Basisgruppen im Münsterland, Westfalen oder dem Ruhrgebiet.

Da ich die Idee dumm finde, dass man kompetenter ist wenn man schon etliche andere Ämter übernommen hat, habe ich mir ein paar schöne Titel ausgedacht und rechts in den Lebenslauf geschrieben.

Noah

PS: Es gab mir gegenüber den Vorwurf, dass ich ein neues Vorstandsamt schaffen wolle, damit ich selbst einen Posten übernehmen kann. Das ist natürlich vollkommen wahr. *Ironie aus* Aus diesem Grund werde ich meine Bewerbung zurückziehen, wenn es andere Bewerbungen auf dieses Amt gibt. Offen oder Frauen*Inter*Trans* ist egal. Aber natürlich lieber eine FIT*- Person.

Lieblingstiere:

Wombats und Capybaras.

Lieblingsposition im Regenbogensaal:

Auf der Wandseite mit Blick auf die Menschenskulptur im Bahnhof.

Lieblingsplenum im Monat:

Der dritte Donnerstag im Monat, weil wir dann immer zusammen kochen.

Sinn dieser Seitenspalte:

0,0

Bisherige Posten:

685 cal. BP: König von Babylonien und Assur

1922-1912: Co-Erfinder der Farbe Grün (wird erst postum im Jahre 2020 anerkannt werden)

2002-2017: Schatzmeister der Gesellschaft der popelnden Einhörner zu Herne e.V.

seit 333: stolzer Halbsatanist in der Fegefeuer GmbH

seit 1863: Probemitglied der Internationalen Rotkreuz- und Rothalbmond-Bewegung

BW2 Timo Frahm

Tagesordnungspunkt: 2.4. Wahl: Beisitzer*in

Selbstvorstellung

Bewerbung als Beisitzer im Vorstand des Kaktus

Liebe Kakteen,

im Jahr 2019 ist es wichtiger denn je, als junge Generation Verantwortung zu übernehmen und Politik aktiv mitzugestalten. Die Klimakrise verlangt es von uns – wir müssen unseren Planeten retten, denn kein anderer wird es für uns tun.

Dieser Kampf um eine lebenswerte Zukunft hat mich vor vier Jahren politisiert. Ich habe ihn beim Bund für Umwelt- und Naturschutz in Deutschland begonnen, und er war es, der mich zu meiner politischen Heimat, der Grünen Jugend, geführt hat. Mein Name ist Timo, ich bin 18 Jahre alt und bewerbe mich als Beisitzer im Vorstand des Kaktus.



Ich bin halb bei meinen Eltern in Baden-Württemberg, halb bei meinen Großeltern im Süden Spaniens aufgewachsen – eine Erfahrung, die mein Verständnis für ein Europa ohne Grenzen nachhaltig geprägt hat. Schließlich habe ich für mein Abi dauerhaft in Heidelberg gelebt, wo ich vor einem Jahr der Grünen Jugend beigetreten bin. Heute studiere ich Public Governance across Borders in Münster. Seit Tag eins meines Lebensabschnitts hier bin ich Mitglied des Kaktus – in ihm habe ich eine Gruppe von Menschen gefunden, mit der ich gerne Politik mache und Dinge verändere.

Unsere Möglichkeiten nutzen

Die Grüne Jugend – dieser unser Verband, der heute wichtiger ist als je zuvor. Spätestens seit der Europawahl wissen wir: die Grünen sind ein politischer Faktor, an dem in Deutschland niemand mehr vorbeikommt. Wir als ihre Jugendorganisation sollten eine entscheidende Rolle in Grüner Politik einnehmen. Wir haben einen Platz am Tisch verdient, haben ein Wörtchen mitzureden, denn es ist unsere Zukunft, über die die Politik entscheidet. Wir haben Einfluss, können Meinungen aktiv mitbilden, und das sollten wir auch!

Klima schützen, Solidarität zeigen

Da stellt sich die Frage, in welche Richtung wir gesellschaftliche Meinungen bilden wollen. Ich möchte die Gesellschaft, möchte ganz Münster für effektiven Klimaschutz sensibilisieren, es queerfeministischer machen und Solidarität zu Minderheiten zeigen. Menschen mit Migrationshintergrund, sexuelle Minderheiten, Geflüchtete sowie Menschen aller Religionen, Herkunft und Hautfarbe sollen sich in Münster wohl und willkommen fühlen!

Bündnisse gründen und stärken

Um diese Ziele zu erreichen, ist mir die Bündnisarbeit sehr wichtig. Schließlich sind wir die Jugendorganisation der Bündnis-Partei schlechthin, und dieser sollten wir es gleichtun. Im Vorstand will ich mich dafür einsetzen, die Zusammenarbeit mit antifaschistischen, queerfeministischen und Umweltorganisationen aufrechtzuerhalten bzw. aufzubauen. Ebenso sollte der Kaktus mehr mit proeuropäischen NGOs zusammenarbeiten. Ich bin in den proeuropäischen Organisationen in Münster gut vernetzt und würde gerne eine engere Kooperation mit ihnen anregen.

Warum ich denke, dass ich Vorstand kann

Beisitzer im Vorstand des Kaktus wäre nicht das erste Mal, dass ich Verantwortung für eine politische Gruppe übernehme. So gründete ich in meiner Schulzeit die Grünen Schüler*innen Heidelberg, die mich später zu ihrem Sprecher gewählt haben. Gleichzeitig gründete und leitete ich an meiner Schule die Model-United-Nations-AG, um meine Mitschüler*innen für internationale Politik zu sensibilisieren. Zusätzlich dazu wurde ich im September zum Jahrgangssprecher meines Studiengangs gewählt. Jetzt will ich diese Erfahrung in den Vorstand des Kaktus einbringen und neue Herausforderungen gemeinsam mit meinen Vorstandskolleg*innen und allen Kaktus-Mitgliedern bewältigen.

Gemeinsam Münster verändern

Wir haben in Münster eine gute Grundlage: unsere Mutterpartei holte bei der Europawahl 36,6 Prozent der Stimmen, und nächstes Jahr ist die Kommunalwahl. Mir geht es jetzt darum, den Schwung der Europawahl bis dahin aufrechtzuerhalten, einen starken Wahlkampf zu führen und das Programm der Altgrünen so zu prägen, dass sich unsere Themen, unsere Forderungen und unsere Überzeugungen darin wiederfinden. Und dafür freue ich mich über eure Stimme!

Euer Timo

Mehr über mich

Was mich so richtig wütend macht: Klimaleugner*innen und wenn Sozialleistungen bis unter die Armutsgrenze gekürzt werden

Wo ich so richtig abschalten kann: Beim 60-Meter-Sprint in der Unisport-Leichtathletikhalle

Womit ich mir mein Studium finanziere: Ich bin freiberuflicher Lokaljournalist

Was mich echt freut: Wenn es in Münster mal einen Tag lang nicht regnet

Worüber ich am liebsten spreche: Europa!

BW3 Milena Merkel

Tagesordnungspunkt: 2.4. Wahl: Beisitzer*in

Selbstvorstellung

Liebe Kakteen,

selbst im Jahr 2019 verdienen Frauen in Deutschland im Schnitt 21% weniger als Männer. Die Gründe dafür sind vielfältig und reichen von direkter Diskriminierung über systematisch geringer vergütete ‚typische Frauenberufe‘ bis zu vorwiegend von Frauen* übernommene Care Arbeit. Doch nicht nur im Einkommensbereich gibt es in Deutschland noch eklatante Unterschiede zwischen Männern und FIT*-Personen, auch in der politischen Repräsentanz herrscht ein starkes Ungleichgewicht.

Der Frauenanteil im Bundestag liegt zum Beispiel bei gerade mal 31%, im nordrhein-westfälischen Landtag bei 28% und im Münsteraner Stadtrat bei 33%.

Frauen sind in den Parlamenten also im Schnitt zu nicht einmal einem Drittel vertreten, obwohl sie über die Hälfte der Bevölkerung ausmachen.

Menschen, die nicht in das binäre Geschlechterbild hineinpassen, sind sogar noch stärker unterrepräsentiert.

Auch hier im Kaktus ist der Anteil der FIT*-Personen, sowie auch ihr durchschnittlicher Redeanteil in Diskussion, geringer als der der männlichen Mitglieder.

Deshalb möchte ich mich als Beisitzerin aktiv für mehr FIT*-Förderung im Kaktus einsetzen. Dazu gehören Mandatsträger*innen, gegenseitiges Empowerment, z.B. bei regelmäßigen FIT*-Stammtischen, sowie ein stärkerer Fokus auf quotierte Redelisten.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt für mich auf dem Umwelt- und Klimaschutz. Schon heute wirken sich die Folgen des Klimawandels z.B. in Form von Extremwetterereignissen auf uns aus.

Besonders betroffen sind allerdings Menschen aus dem globalen Süden, die zumeist selber vergleichsweise wenig zum Klimawandel beigetragen haben.

Auch sind oft FIT*-Personen aufgrund ihres niedrigeren sozialen Status stärker als Männer betroffen. Klimaschutz ist also auch immer eine Frage von (Geschlechter-) Gerechtigkeit.

Doch obwohl die potentiellen, katastrophalen Folgen des Klimawandels schon seit Jahren bekannt sind, hält unsere Regierung an ihrer Passivität in Fragen des Klimaschutzes fest.

Die bei der Klimakonferenz in Paris gesteckten Klimaziele für 2020 werden klar verfehlt und ohne einen sofortigen Richtungswechsel wohl auch die Klimaziele für 2030. Wir als Zivilbevölkerung müssen dafür sorgen, dass diese Politik des Nichtstuns sich ändert und dafür den Klimaschutz auf allen Ebenen immer wieder in den Fokus rücken! Dabei muss aber auch klar sein, dass ein effektiver und sozial gerechter Klimaschutz in einem kapitalistischen System, das von unendlichem Wachstum lebt, nicht möglich und ein Systemwandel nötig ist.

Im nächsten September finden die Kommunalwahlen in Nordrhein-Westfalen statt. Kommunale Vertretungen haben meist einen sehr direkten Einfluss auf das Leben der Menschen, sei es über das ÖPNV-Angebot, den

Radwegeausbau oder die Förderung des lokalen kulturellen Angebots. Um Münster nachhaltiger, sozialer und allgemein lebenswerter zu gestalten, möchte ich dabei helfen, junggrüne Ideen in das Wahlprogramm von B90/

Die Grünen in Münster einzubringen. Außerdem möchte ich insbesondere Bewerber*innen aus dem Kaktus verstärkt beim Wahlkampf unterstützen um die oft unterrepräsentierte Perspektive junger Menschen in die Räte einzubringen.

Über eure Stimme würde ich mich sehr freuen!

Eure Milena

Bewerbung als Beisitzerin im Vorstand des KAKTUS

Milena Merkel

Liebe Kakteen,

selbst im Jahr 2019 verdienen Frauen in Deutschland im Schnitt 21% weniger als Männer. Die Gründe dafür sind vielfältig und reichen von direkter Diskriminierung über systematisch geringer vergütete ‚typische Frauenberufe‘ bis zu vorwiegend von Frauen* übernommene Care Arbeit. Doch nicht nur im Einkommensbereich gibt es in Deutschland noch eklatante Unterschiede zwischen Männern und FIT*-Personen, auch in der politischen Repräsentanz herrscht ein starkes Ungleichgewicht. Der Frauenanteil im Bundestag liegt zum Beispiel bei gerade mal 31%, im nordrhein-westfälischen Landtag bei 28% und im Münsteraner Stadtrat bei 33%. Frauen sind in den Parlamenten also im Schnitt zu nicht einmal einem Drittel vertreten, obwohl sie über die Hälfte der Bevölkerung ausmachen. Menschen, die nicht in das binäre Geschlechterbild hineinpassen, sind sogar noch stärker unterrepräsentiert. Auch hier im Kaktus ist der Anteil der FIT*-Personen, sowie auch ihr durchschnittlicher Redeanteil in Diskussion, geringer als der der männlichen Mitglieder. Deshalb möchte ich mich als Beisitzerin aktiv für mehr **FIT*-Förderung** im Kaktus einsetzen. Dazu gehören Dinge wie Vernetzung, z.B. durch einen FIT*-Brunch mit Mandatsträger*innen, gegenseitiges Empowerment, z.B. bei regelmäßigen FIT*-Stammtischen, sowie ein stärkerer Fokus auf quотиerte Redelisten.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt für mich auf dem **Umwelt- und Klimaschutz**. Schon heute wirken sich die Folgen des Klimawandels z.B. in Form von Extremwetterereignissen auf uns aus. Besonders betroffen sind allerdings Menschen aus dem globalen Süden, die zumeist selber vergleichsweise wenig zum Klimawandel beigetragen haben. Auch sind oft FIT*-Personen aufgrund ihres niedrigeren sozialen Status stärker als Männer betroffen. Klimaschutz ist also auch immer eine Frage von (Geschlechter-)Gerechtigkeit.

Doch obwohl die potentiellen, katastrophalen Folgen des Klimawandels schon seit Jahren bekannt sind, hält unsere Regierung an ihrer Passivität in Fragen des Klimaschutzes fest. Die bei der Klimakonferenz in Paris gesteckten Klimaziele für 2020 werden klar verfehlt und ohne einen sofortigen Richtungswechsel wohl auch die Klimaziele für 2030. Wir als Zivilbevölkerung müssen dafür sorgen, dass diese Politik des Nichtstuns sich ändert und dafür den Klimaschutz auf allen Ebenen immer wieder in den Fokus rücken! Dabei muss aber auch klar sein, dass ein effektiver und sozial gerechter Klimaschutz in einem kapitalistischen System, das von unendlichem Wachstum lebt, nicht möglich und ein Systemwandel nötig ist.

Im nächsten September finden die **Kommunalwahlen** in Nordrhein-Westfalen statt. Kommunale Vertretungen haben meist einen sehr direkten Einfluss auf das Leben der Menschen, sei es über das ÖPNV-Angebot, den Radwegeausbau oder die Förderung des lokalen kulturellen Angebots. Um Münster nachhaltiger, sozialer und allgemein lebenswerter zu gestalten, möchte ich dabei helfen, junggrüne Ideen in das Wahlprogramm von B90/Die Grünen in Münster einzubringen. Außerdem möchte ich insbesondere Bewerber*innen aus dem Kaktus verstärkt beim Wahlkampf unterstützen um die oft unterrepräsentierte Perspektive junger Menschen in die Räte einzubringen.

Über eure Stimme würde ich mich sehr freuen!

Eure Milena



Über mich:

Promotion im Bereich
der Solarenergie

Ich mag Tanzen, Yoga,
Diskutieren

Wenn ich ein Tier wäre,
wäre ich ein Raubvogel.

Politisches:

2016: Beisitzerin im
Vorstand der GJ
Würzburg

2016-2018: Sprecherin
der GJ Würzburg

2018: Mitbegründerin
des AK Frauen von B90/
Die Grünen Würzburg

Seit 2019: stellv.
Mitglied des
Studierendenparla-
ments der WWU

Seit 2019: Mitglied im
Haushaltsausschuss des
Studierendenparlaments

BW4 Henrik Rademann

Tagesordnungspunkt: 2.4. Wahl: Beisitzer*in

Selbstvorstellung

Hallo ihr Lieben,

der AfD Neujahrsempfang, die Fridays for Future Bewegung mit der Ausrufung des Klimanotstandes, die Europawahl und Münster als sicherer Hafen - 2019 war bisher für Münster ein sehr grünes und aufregendes Jahr. Aber trotzdem oder gerade deshalb braucht Münster weiterhin eine so starke Grüne Jugend, denn wir sind noch lange nicht fertig!

Ich will aktiver Teil dieser Zukunft sein und weiter für eine queerfeministische, ökologisch nachhaltige und gerechte Welt kämpfen. Deshalb bewerbe ich mich als Beisitzer der Grünen Jugend Münster.

Klimakrise und Faschismus stoppen

Die Klimakrise stellt die größte Gefahr für unseren Planeten dar, wir stehen vor mehreren sogenannten „Tipping Points“ und die Bundesregierung verabschiedet ein „Klimapaketchen“. Dieses wird unseren Ansprüchen und denen unseres Planeten nicht ansatzweise gerecht und darf maximal der Anfang sein. Wir müssen weiterhin alles dafür geben, dass das Pariser Klimaabkommen und das 1,5 Grad Ziel eingehalten werden. Münster kann mit einer Klimaneutralität bis spätestens 2030 vorangehen. Lasst uns für diese Chance gemeinsam kämpfen!

Anschläge wie auf eine Synagoge in Halle oder auf den Kasseler Regierungspräsidenten Walter Lübcke zeigen, was für eine Gefahr vom Rechtsextremismus weiterhin ausgeht. Dieser in den letzten Jahren etwas untergegangen und von der CDU/CSU konstant runtergespielten Entwicklung möchte ich entgegen wirken. Mit der AG Antifaschismus möchte ich unter dem Motto „Erinnern statt Vergessen“ Menschen für unsere Verantwortung sensibilisieren und die Schrecken des Nationalsozialismus nicht in Vergessenheit geraten lassen. Auch einer immer stärker werdenden AfD muss sich mit aller Kraft entgegengesetzt werden.

Wir wachsen und übernehmen Münster und die Welt - aber mit Struktur

Allein im letzten Jahr sind sehr viele neue Kakteen dazu gekommen. Der Kaktus wächst immer weiter und ich sehe so viele Ideen, Motivation und Potenzial in und aus Münster etwas zu verändern. Das macht mich sehr glücklich. Um all diese Chancen zu nutzen, ist es notwendig neue Strukturen zu schaffen, die inhaltliche Arbeit noch effizienter machen und das Plenum entlasten. Ich will mich dafür einsetzen Neueinsteiger*innen schnell einzubinden und niedrige Einstiegshürden für politisches Engagement und Verantwortungsübernahme zu schaffen. Dafür möchte ich Arbeitsgemeinschaften bilden und den Reader für Neulinge aktualisieren und erweitern. Als einen weiteren wichtigen Baustein will ich die Vernetzung mit Bündnispartner*innen, der Grünen Jugend NRW und dem Bundesverband weiter voran treiben.

Rock the Kommunalwahl 2020

Das kommende Jahr ist auf Kommunalebene aufgrund der Wahlen ein sehr besonderes. Erstmals kann Bündnis 90/Die Grünen als stärkste Kraft in den Stadtrat einziehen und ein*e grüne Oberbürgermeister*in gewählt werden. Wir haben dabei die Chance unsere junggrünen Ideen in das Wahlprogramm einfließen zu lassen - und genau das ist mein Ziel!



Gemeinsam mit euch will ich den Schwung und die Erfahrung aus dem Europawahlkampf mitnehmen und konkrete Konzepte & Forderungen erarbeiten, um weiter für Vielfalt, Klimaschutz und eine nachhaltige Verkehrswende in Münster einzustehen.

Ich bin sehr froh, dass ich letztes Jahr meinen Weg hier zur Grünen Jugend gefunden habe, um mit euch Kakteen den Unterschied zu einer gerechteren Welt zu machen. Ich hoffe, dass ihr mir für das nächste Jahr euer Vertrauen und eure Stimme schenkt!

Euer Henrik

Hallo,

Dieses Jahr war gut und grün.

Das reicht aber nicht.

Wir müssen weitermachen.

Ich will dabei helfen.

Die Klimakrise ist sehr gefährlich.

Die Bundesregierung macht nichts dagegen.

Wir können in Münster etwas machen.

Das möchte ich erreichen.

Rechtsextremisten sind auch gefährlich.

Mit der AG Antifachismus möchte ich an die Vergangenheit erinnern.

Das soll den Menschen die Gefahr zeigen.

Auch die AfD ist scheiße.

Der Kaktus hat viele neue Mitglieder.

Das ist toll.

Aber wir brauchen dafür neue Strukturen.

Diese will ich schaffen.

Arbeitsgemeinschaften können helfen.

Eine Anleitung für neu auch.

Zusammenarbeit mit anderen Menschen auch.

Nächstes Jahr sind in Münster Wahlen.

Ich will viele Forderungen an die Altgrünen stellen.

Und die Grünen sollen gewinnen.

Wir können Münster grüner machen.

Bitte wählt mich.

Danke!

Euer Henrik

Bewerbung als Beisitzer



Henrik

Hallo ihr Lieben,

der AfD Neujahrsempfang, die Fridays for Future Bewegung mit der Ausrufung des Klimanotstandes, die Europawahl und Münster als sicherer Hafen - 2019 war bisher für Münster ein sehr grünes und aufregendes Jahr. Aber trotzdem oder gerade deshalb braucht Münster weiterhin eine so starke Grüne Jugend, denn wir sind noch lange nicht fertig!

Ich will aktiver Teil dieser Zukunft sein und weiter für eine queerfeministische, ökologisch nachhaltige und gerechte Welt kämpfen. Deshalb bewerbe ich mich als Beisitzer der Grünen Jugend Münster.

Klimakrise und Faschismus stoppen

Die Klimakrise stellt die größte Gefahr für unseren Planeten dar, wir stehen vor mehreren sogenannten „Tipping Points“ und die Bundesregierung verabschiedet ein „Klimapaketchen“. Dieses wird unseren Ansprüchen und denen unseres Planeten nicht ansatzweise gerecht und darf maximal der Anfang sein. Wir müssen weiterhin alles dafür geben, dass das Pariser Klimaabkommen und das 1,5 Grad Ziel eingehalten werden. Münster kann mit einer Klimaneutralität bis spätestens 2030 vorangehen. Lasst uns für diese Chance gemeinsam kämpfen!

Anschläge wie auf eine Synagoge in Halle oder auf den Kasseler Regierungspräsidenten Walter Lübcke zeigen, was für eine Gefahr vom Rechtsextremismus weiterhin ausgeht. Dieser in den letzten Jahren etwas untergegangen und von der CDU/CSU konstant runtergespielten Entwicklung möchte ich entgegen wirken. Mit der AG Antifaschismus möchte ich unter dem Motto „Erinnern statt Vergessen“ Menschen für unsere Verantwortung sensibilisieren und die Schrecken des Nationalsozialismus nicht in Vergessenheit geraten lassen. Auch einer immer stärker werdenden AfD muss sich mit aller Kraft entgegengesetzt werden.

Hallihallo und ein Herzliches Willkommen auf der Seitenspalte.

Hier ein kleiner Einblick in meine Person:

- 20 Jahre
- studiere Medizin
- Was ich mag: meine WG, Fußball und selbstgemachten Humus
- Was ich so gerne mache: Yoga, Wandern, Gitarre spielen, ziemlich viel Fahrrad fahren & mich über die AfD aufregen
- Meine Lieblingsthemen: Klimaschutz, Drogenpolitik, Antifaschismus und Gesundheitspolitik
- Wenn ich ein Tier sein dürfte, wäre ich ein Delfin

Bewerbung als Beisitzer



Henrik

Wir wachsen und verändern Münster- aber mit Struktur

Allein im letzten Jahr sind so viele neue Kakteen dazu gekommen. Der Kaktus wächst immer weiter und ich sehe so viele Ideen, Motivation und Potenzial in und aus Münster etwas zu verändern. Das macht mich sehr glücklich. Um all diese Chancen zu nutzen, ist es notwendig neue Strukturen zu schaffen, die inhaltliche Arbeit noch effizienter machen und das Plenum entlasten. Ich will mich dafür einsetzen Neueinsteiger*innen schnell einzubinden und niedrige Einstiegshürden für politisches Engagement und Verantwortungsübernahme zu schaffen. Dafür möchte ich Arbeitsgemeinschaften bilden und den Reader für Neulinge aktualisieren und erweitern. Als einen weiteren wichtigen Baustein will ich die Vernetzung mit Bündnispartner*innen, der Grünen Jugend NRW und dem Bundesverband weiter voran treiben.

Rock the Kommunalwahl 2020

Das kommende Jahr ist auf Kommunalebene aufgrund der Wahlen ein sehr besonderes. Erstmals kann Bündnis 90/Die Grünen als stärkste Kraft in den Stadtrat einziehen und ein*e grüne Oberbürgermeister*in gewählt werden. Wir haben dabei die Chance unsere junggrünen Ideen in das Wahlprogramm einfließen zu lassen - und genau das ist mein Ziel!

Gemeinsam mit euch will ich den Schwung und die Erfahrung aus dem Europawahlkampf mitnehmen und konkrete Konzepte & Forderungen erarbeiten, um weiter für Vielfalt, Klimaschutz und eine nachhaltige Verkehrswende in Münster einzustehen.

Ich bin sehr froh, dass ich letztes Jahr meinen Weg hier zur Grünen Jugend gefunden habe, um mit euch Kakteen den Unterschied zu einer gerechteren Welt zu machen. Ich hoffe, dass ihr mir für das nächste Jahr euer Vertrauen und eure Stimme schenkt!

Euer Henrik

BW5 Theresa Erdmann

Tagesordnungspunkt: 2.1. Wahl: Sprecher*in (FIT*-Platz)

Selbstvorstellung

Hallo liebe Kakteen,

Ich bin 21 Jahre alt, komme aus Bielefeld (wer jetzt einen Witz darüber macht kann direkt den Raum verlassen) und studiere in Münster seit zwei Jahren Politikwissenschaft und Kultur- und Sozialanthropologie. Ich leihe gerne schlaue Bücher aus und lasse die Stapel auf meinem Nachttisch immer größer werden, während ich mir auf Netflix mit großem Vergnügen Serien und Filme anschau und mich im Anschluss darüber aufrege, wenn sie Klischees und Stereotype verfestigen.

Ich bin seit einem Dreivierteljahr beim Kaktus dabei. Ich habe mich lange partei-politisch nicht festlegen wollen. Doch ich muss sagen, dass ich immer mehr Angst vor der Zukunft habe. Wir befinden uns in einer Klimakrise, diskriminierende Äußerungen finden mehr und mehr Raum in unserer Gesellschaft. Dem Kaktus beizutreten war mein erster Schritt, Haltung zu zeigen und nicht tatenlos bei allen Entwicklungen zuzusehen.

Ich habe mich lange als Öko-Feministin bezeichnet, weil der Begriff für mich Nachhaltigkeit mit Ermächtigung und Gerechtigkeit für alle diskriminierten und marginalisierten Menschen einhergeht und beides grundsätzlich hinterfragt, wie wir miteinander leben. Dann habe ich erfahren, dass sich Öko-Feministinnen im Gegensatz zu Männern eine Besondere Beziehung zur Natur zuschreiben. Da gerade die einzige Pflanze in meinem Zimmer einget, ist damit auch diese krude These widerlegt.

Ich bin Fan der Grünen Jugend, weil sie verschiedene Themen zusammen denkt, bei denen ich mir gar nicht vorstellen kann, wie man sie komplett getrennt voneinander betrachten soll. Feminismus geht mit der Forderung nach Klimagerechtigkeit und Hinterfragen von unsolidarischem Verhalten einher.

Warum soll jetzt ausgerechnet ich eure Sprecherin werden?

Ich finde am Kaktus großartig, dass bei uns wie in keiner anderen politischen Organisation in Münster darauf geachtet wird, dass sich alle wohl fühlen und respektvoll miteinander umgehen. Darauf möchte ich, wenn ihr mich zur Sprecherin wählt, einen noch stärkeren Fokus legen.

Es ist wichtig, dass Menschen, die neu zum Kaktus kommen, möglichst schnell einen Überblick über unsere Arbeit gewinnen und sehen, wo sie mitmachen können. Außerdem soll durch das Jahresthema Queer-Feminismus, die FINT*-Stammtische und die Errichtung von Awareness-Strukturen dafür gesorgt werden, dass wir uns sensibilisieren für mögliche Formen der Diskriminierung, uns darüber bewusst werden, dass auch der Kaktus noch keine Insel der Glückseligkeit ist und uns als Frauen, Inter*, Non-Binary und Trans* gegenseitig empowern. Des Weiteren möchte ich Wege finden, wie wir mehr Menschen ansprechen, die nicht aus dem akademischen Umfeld kommen.

Wir sollten uns häufiger die Zeit dafür nehmen, uns zu fragen, ob alles beim Kaktus zu unserer Zufriedenheit läuft. Dazu müssen öfter und regelmäßig Klausurtagungen stattfinden. Beispielsweise könnte man damit einhergehend hinterfragen, wie demokratisch die Aufgaben unter uns verteilt sind und daran arbeiten kann, Hierarchien weiter abzubauen.

Zudem neigt man als Ortsgruppe dazu, den Blick viel auf kommunale Themen zu lenken. Lasst uns dabei globale Zusammenhänge nicht aus den Augen verlieren! Um lokal handeln zu können, sollten wir auch global denken. Denn in einer globalisierten Welt hat unser Leben Einfluss auf die von



anderen Menschen weltweit. Daraus folgend sollten wir uns häufiger die Verantwortung, die damit und der Rolle Deutschlands in der Geschichte einhergeht, bewusst machen. Wir leben in einem Wirtschaftssystem von dem wenige profitieren und viele Menschen inklusive unseres Planeten darunter leiden. Ich kann nicht von mir behaupten noch nie Cola getrunken zu haben, keinen Silberschmuck zu besitzen oder massenhaft Energie zu verbrauchen. Trotzdem finde ich es wichtig, sich dessen bewusst zu werden und danach im Rahmen des Möglichen zu handeln. Gleichzeitig existieren Ansätze für Alternativen schon zuhauf: Solidarische Landwirtschaft, Mietshäusersyndikate, regionale alternative Währungen. Ich hätte Bock mich zusammen mit euch nach mehr solcher Alternativen umzuschauen und dazu zu informieren. Daraus könnten coole Kaktus-Ausflüge entstehen!

Wir sind alle beim Kaktus, um zusammen für unsere Überzeugungen einzustehen. Lasst uns den Kaktus weiterhin zu einem Ort machen, an dem dabei alle so sein können, wie sie sind. Es sei denn ihr seid Nazis, dann habt ihr hier nichts verloren! Denn ich wünsche mir eine Welt, in die viele Welten passen.

Deshalb würde ich mich sehr über eure Stimme freuen.

Liebe Grüße,

Theresa

Hallo liebe Kakteen!

Ich bin 21 Jahre alt.

Ich komme aus Bielefeld.

Ich studiere in Münster seit 2 Jahren Politikwissenschaft.

Ich schaue gerne Serien und Filme.

Ich bin seit einem Dreivierteljahr beim Kaktus.

Ich wollte mich lange nicht für eine Partei entscheiden.

Ich habe immer mehr Angst vor der Zukunft.

Wir befinden uns in einer Klimakrise.

Beleidigungen werden immer stärker geduldet.

Ich bin beim Kaktus um etwas gegen Ausgrenzung und die Klimakrise zu tun.

Ich habe mich lange als Öko-Feministin bezeichnet.

Öko-Feministinnen glauben, dass sie eine besondere Verbingung zur Natur haben.

Ich habe keine besondere Verbindung zur Natur.

Ich bezeichne mich nicht mehr als Öko-Feministin.

Ich mag die Grüne Jugend, weil sie Feminismus, Antifaschismus und Klimagerechtigkeit zusammen denkt.

Warum soll ich eure Sprecherin werden?

Ich mag am Kaktus, dass wir respektvoll miteinander umgehen.

Beim Kaktus sollen sich alle wohlfühlen.

Als Sprecherin möchte ich mich stärker dafür einsetzen, dass sich alle wohlfühlen.

Neue Menschen sollen sich beim Kaktus schnell engagieren können.

Es soll dafür gesorgt werden, dass wir uns für Ausgrenzung sensibilisieren.
Wir darüber bewusst werden, dass beim Kaktus auch Ausgrenzung stattfinden kann.
Frauen, Inter*, Non-Binary und Trans* sollen sich gegenseitig unterstützen.
Ich möchte mehr Menschen ansprechen, die nicht aus dem Uni-Umfeld kommen.
Wir sollten uns häufiger fragen, ob beim Kaktus alle zufrieden sind.
Es sollen öfter und regelmäßig Klausurtagungen stattfinden.
Aufgaben sollen gerechter verteilt werden.
Lasst uns globale Zusammenhänge betrachten!
Um lokal handeln zu können, sollten wir auch global denken.
Mein Leben hat Einfluss auf das Leben von Menschen auf der ganzen Welt.
Wir haben durch unseren Einfluss viel Verantwortung, gerecht zu handeln.
Viele Menschen und die Umwelt leiden unter dem Kapitalismus.
Ich finde es wichtig, im Rahmen des Möglichen solidarisch zu handeln.
Es gibt schon andere Möglichkeiten als den Kapitalismus.
Ich möchte mit dem Kaktus nach anderen Möglichkeiten zum Kapitalismus suchen.
Daraus könnten coole Kaktus-Ausflüge entstehen!
Wir sind alle beim Kaktus, um zusammen für unsere Überzeugungen einzustehen.
Beim Kaktus sollen alle so sein können, wie sie sind.
Nazis haben beim Kaktus nichts verloren.
Ich freue mich über eure Stimmen.
Liebe Grüße,
Theresa

BW6 Georg Messing

Tagesordnungspunkt: 2.2. Wahl: Sprecher*in (offener Platz)

Selbstvorstellung

Liebe Freund*innen,

Mein Name ist Georg, ich bin 24 Jahre alt und vor etwas über einem Jahr nach Münster gezogen. Seit nun fast einem Jahr bin ich Beisitzer im aktuellen Vorstand des Kaktus. In dieser Zeit habe ich viele großartige Menschen im Kaktus, der Grünen Jugend und B90/Die Grünen GAL Münster kennengelernt. Ich war mit euch auf dutzenden Demos ob für Klimaschutz, für Gleichberechtigung oder gegen Nazis.

Im Vorstand vom Kaktus als Beisitzer mitzuarbeiten, hat mir sehr viel Freude bereitet. Jetzt möchte ich mich für den offenen Sprecher*innenplatz im Vorstand bewerben, um noch mehr an der politischen Arbeit des Kaktus mitzuarbeiten.

Eines meiner Ziele wird es sein, die Stacheln vom Kaktus anzuspitzen. Wir sind nicht nur die jungen Menschen, die viel Zeit haben und im Wahlkampf einen Großteil der Arbeit übernehmen können. Wir haben konkrete Forderungen wie unsere Zukunft ausschaun soll. Das möchte ich bei den Alt-Grünen auch in Hinsicht auf die Kommunalwahlen 2020 sehr deutlich machen. Auf schlechte Kompromisse und falsche Rücksicht auf Koalitionspartner*innen sollten wir in Zukunft noch lauter reagieren.

Außerdem braucht ein Kaktus viele Stacheln. Deswegen möchte ich weiterhin mit regelmäßigen Kochabenden und gemeinsamen Demo-Besuchen das Zusammengehörigkeitsgefühl im Kaktus weiter stärken und neue Menschen schneller bei uns aufnehmen. Dabei will ich mehr Raum für Diskussionen schaffen und und inhaltlich füllen.

Ich möchte den Kaktus nach außen hin vertreten und an dieser Aufgabe wachsen. Deshalb würde ich mich freuen, wenn ihr mir euer Vertrauen und eure Stimme gebt.

Stachelige Grüße

Georg



BW7 Sonja Broichhausen

Tagesordnungspunkt: 2.3. Wahl: Schatzmeister*in

Selbstvorstellung

Hallo Ihr Lieben,

2020 wird kompliziert und anstrengend, anders lässt es sich nicht sagen: die Klimakrise klopft mit immer neuen Naturkatastrophen rund um die Welt an unsere Tür, während sich unsere Bundesregierung immer noch weigert, unbedingt benötigte Maßnahmen zu implementieren. Doch wir müssen zeigen, dass wir nicht untätig zuschauen werden, wie die älteren Generationen unsere Lebensgrundlage zerstören.



Und zum Glück sind wir mit dieser Meinung nicht allein: im letzten Jahr wurden wir von einer unglaublichen Welle an Support getragen, denn im September waren fast 20.000 Menschen auf der Straße, um für mehr Klimagerechtigkeit zu protestieren.

Ich erinnere mich noch, ich glaube es war im letzten Winter als ich noch bei Greenpeace statt beim Kaktus aktiv war, als wir überlegt haben, die ersten Fridays For Future Proteste in Münster zu starten: zuerst waren wir selten mehr als ein paar kleine Gruppen, dann kamen schnell mehrere zig Leute dazu, und innerhalb von ein paar Wochen waren wir auf einmal mehrere hundert Schüler*innen, Student*innen, Lehrer*innen und Eltern, die alle die Nase voll hatten, dass die Welt die Augen verschließt in Anbetracht der größten Probleme des 21. Jahrhunderts.

Diese Unterstützung haben wir auch beim Kaktus bemerkt: Im Laufe des Jahres sind wir mehr und mehr gewachsen und jetzt so viele wie nie zuvor, das finde ich großartig und ermutigend. Doch dieses Potenzial darf nicht ungenutzt bleiben: für das Jahr 2020 sehe ich es als Aufgabe des Vorstands, die Motivation neuer und älterer Mitglieder zu bündeln und viel neue Aktionen auf die Beine zu stellen.

Auch unterstütze ich den Antrag, vermehrt und aktiver AGs zu bilden, in denen wir Aktionen besser vorbereiten und organisieren können. Neben den wichtigen Themen Queerfeminismus und Antifaschismus würde ich mich auch für AGs zum Thema Umwelt aussprechen, zum Beispiel durch eine AG Energie (Kohle- und Atomkraft-Ausstieg und erneuerbare Energien), Naturschutz (Landwirtschaft, Verschmutzung der Wälder und Meere) und Verkehr (Ausbau Fahrradwege und ÖPNV, Abschaffung motorisierter Individualverkehr).

Denn wir müssen hier vor Ort um Aufmerksamkeit kämpfen und ein Zeichen setzen, dass wir uns von etwas Image-Politik kein bisschen besänftigen lassen!

Warum ich eurer Schatzi werden will <3

Seit ich vor ein paar Monaten das erste Mal beim Kaktus war, habe ich das Gefühl, dass wir immer mehr geworden sind und immer neue motivierte Leute bei unseren Plenumssitzungen waren. Ich möchte dieses Potenzial als Vorstandsmitglied nutzen und zusammen mit Euch im nächsten Jahr viele coole neuen Aktionen planen, um mit Euch gegen Umweltzerstörung, Diskriminierung und Faschismus zu protestieren und zu informieren.

Dabei sollten wir uns im nächsten Jahr vor allem überlegen, wie wir Neumitglieder schneller integrieren und beim Eingewöhnen helfen können. Bestimmt ist nicht nur mir aufgefallen ist, dass Menschen, die zuvor nicht aktiv waren, erstmal erschlagen sind von den vielen Strukturen und Möglichkeiten (so ging es zumindest mir, als ich vor zwei Jahren bei Greenpeace angefangen habe, und bei auch den ersten Sitzungen vom Kaktus).

Deswegen sehe ich es als eine besondere Aufgabe des Vorstands, Aktionen nicht bloß anzustoßen,

sondern auch sicher zu stellen, dass jede*r der möchte, daran teilnehmen kann und Neumitglieder auch mal ermutigt und an die Hand genommen werden. Ansonsten wird es immer eine Hürde geben, die viele eigentlich extrem motivierte Mitkämpfer*innen nicht alleine überqueren können. Grade beim Kommunalwahlkampf 2020 können wir jede helfende Hand gebrauchen, damit wir mit einer/m grünen Oberbürgermeister*in gegen Umweltzerstörung vorgehen und lokale Projekte fördern könne.

Als Schatzmeisterin habe ich schon etwas Erfahrung, ich habe ein Faible für das Organisieren von großem Veranstaltungen und hatte schon öfter die Verantwortung über die Finanzen und die Kontoführung, deswegen würde ich mich sehr freuen, diese Aufgabe auch hier zu übernehmen.

Das Amt als Schatzmeister*in bedeutet für mich aber nicht bloß, verantwortungsvoll und nachvollziehbar die finanziellen Ressourcen des Kaktus zu verwalten. Darüber hinaus ist es für mich einer der essentiellen Punkte des Amtes, auch in der Rolle als Vorstandsmitglied, mögliche Ausgaben zu planen und zu initiieren, um ein sinnvolles Finanzkonzept über das Jahr hinweg zu gestalten. Ich halte es nicht für zielführend, einen großen Teil unseres Budgets zur Seite zu legen, stattdessen sollten wir mehr und öfters investieren, zum Beispiel in eigenes Equipment für unsere Aktionen. Ebenfalls könnte ich mir vorstellen, coole Dozenten für Workshops, z.B. zum Thema Kommunikation auf der Straße oder inhaltlichen Themen, mithilfe einer Aufwandsentschädigung und Fahrtkostenerstattung zu gewinnen, falls von genug Kakteen gewünscht.

In diesem Zusammenhang möchte ich die Kontoführung auch transparenter gestalten und regelmäßig im Plenum oder über den Messenger über die aktuelle finanzielle Situation und eine Aufschlüsselung der Ausgaben informieren, damit wir als Verein einen besseren Überblick haben und Budgets für neue Ideen und Aktionen besser planen können.

Insgesamt möchte ich 2020 dazu beitragen, die neue Power des Kaktus nutzen, um mehr und coolere Aktionen zu starten, als es jemals davor der Fall war.... Lasst uns das gemeinsam anpacken!

Über mich:

Ich bin 19 Jahre alt und studiere Medizin,
ich war früher bei Greenpeace aktiv und habe bei „Angekommen“ ausgeholfen

Was ich besonders am Kaktus mag:

Diskussionen über kontroverse Fragen mit vielen verschiedenen Meinungen

Themen, die ich besonders spannende finde:

Klimawandel und was wir dagegen tun können, Landwirtschaft und Tierhaltung, Gentechnik, unser Gesundheitssystem, Feminismus und Diskriminierung im 21. Jahrhundert

Das mache ich in meiner Freizeit:

Mir neue Aufgaben suchen, ansonsten Hip-Hop und wenn ich motiviert bin geht's auch mal ins Gym oder eine Runde laufen

Was ich gar nicht mag:

Schlafen und rumgammeln (viel zu langweilig!)