



Europäische
Kommission



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!

Der Verbraucherleitfaden



THE
AWAKENERS

Umwelt



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Contents

Die Kampagne 3

Ressourceneffizienz 4

Was ist das?	4
Warum ist das notwendig?	4
Umwandlung von Abfall in Wertstoffe	5
Wasser: Lebensnotwendige Ressource	7

Grünere Wirtschaft in der EU 8

Was ist „grüne“ Wirtschaft?	8
Europa auf dem Weg zu einer grünen Wirtschaft	9
Strategien, die natürliche Ressourcen erhalten	9
Die grüne Wirtschaft und Arbeitsplätze	12

Tipps 14

Luft	15
Wasser	18
Boden	26
Mineralien	28
Wald/Holz	30
Biodiversität	32
Abfall	38
Wiederverwendung	48
Recycling	50
Verkehr/Reisen	53
Energieeffizienz	55
Überkonsum	59
Grüne Wirtschaft	62



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Die Kampagne

Deine Entscheidungen machen einen gewaltigen Unterschied!

Möchtest du das Leben in vollen Zügen genießen und dabei gleichzeitig auf die Umwelt achten? Dann ist Generation Awake genau das Richtige für dich. Ziel unserer Initiative ist es, uns die Folgen unseres Konsums und die Auswirkungen auf die natürlichen Ressourcen der Erde vor Augen zu führen. Wenn du Generation Awake unterstützt, bist du dir bewusst, dass deine Entscheidungen nicht nur deine Welt verändern, sondern auch den ganzen Planeten.

Wie? Das Leben steckt voller Auswahlmöglichkeiten. Daher bewirkst du täglich mit klugen, umweltbewussten Entscheidungen, dass sich dein Leben und das deiner Familie und Freunde positiv verändert. Zunächst einmal sparst du dadurch Geld und verbesserst deinen Lebensstil – und unterstützt darüber hinaus auch die Wirtschaft. Und das ist längst nicht alles: Bewusstere Verbraucherentscheidungen helfen, deine Stadt, dein Land, Europa und den Planeten umweltfreundlicher und nachhaltiger für heute und für zukünftige Generationen zu gestalten.

Zusammen können wir an einer Gesellschaft arbeiten, in der wir gelernt haben, mehr aus weniger zu machen, in der die Wegwerfkultur der Vergangenheit angehört, wo der Abfall auf Null reduziert wird und wo alle Dinge einen Wert haben und wiederverwendet oder wiederaufbereitet werden können.

Generation Awake ist eine Kampagne der Europäischen Kommission, die darauf hinweisen will, was jeder von uns in seinem täglichen Leben unternehmen kann, um Wasser, Energie und andere natürliche Ressourcen zu sparen und Abfall zu reduzieren. Wenn es dir hier gefallen hat, teile die Botschaft mit deiner Familie und deinen Freunden und tritt uns auch auf Facebook bei. Vielen Dank – wir freuen uns, dass du mitmachst.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Ressourceneffizienz

Was ist das?

Wir brauchen natürliche Ressourcen wie Metalle, Bodenschätze, Wälder, Land, Nahrungsmittel, Luft und Wasser für unser Leben und unser tägliches Wohlergehen, aber wir verbrauchen sie schneller als sie ersetzt werden können. Wenn wir Tiere und Pflanzen zerstören, die unser Ökosystem im Gleichgewicht halten, schaffen wir Probleme für die Zukunft.

Um sicherzustellen, dass wir – und unsere Kinder – auch in Zukunft gute Lebensqualität genießen können, eine gesunde Umwelt und eine funktionierende Wirtschaft, müssen wir unseren Umgang mit unseren Ressourcen ändern, und zwar sowohl als Individuen als auch als Gesellschaft. Ressourceneffizienz bedeutet nachhaltigen Umgang mit Ressourcen und eine Minimierung unserer Einwirkungen auf die Umwelt.

Warum ist das notwendig?

Wenn wir bis zum Jahr 2050 weitermachen wie bisher, werden wir fünfmal so viele Ressourcen verbrauchen wie heute. Das ist wahrscheinlich überhaupt nicht möglich. Mehr als 60% unserer Ökosysteme werden bereits zu sehr ausgeschöpft, die weltweiten Fischbestände sind stark bedroht und wir gefährden die Qualität unseres Wassers und unserer Luft, weil wir zu viele Bäume abholzen.

Wenn die Weltbevölkerung fast 9 Milliarden Menschen zählt, brauchen wir eine Gesellschaft, die effizienter mit Ressourcen umgeht – die sich dafür einsetzt, die Umwelt zu verbessern, statt ihr zu schaden.

Aus diesem Grund setzt sich die EU für die Ressourceneffizienz ein, also für eine nachhaltigere Nutzung von Ressourcen. Rohmaterialien wie Wasser, Bodenschätze und Holz müssen über ihren gesamten Lebenszyklus effizienter genutzt werden, von der Erschließung bis zur Entsorgung.

Die größten Auswirkungen unseres Verbrauchs auf die Umwelt entstehen durch die Produktion von Lebensmitteln, die Bewirtschaftung von Häusern und den Transport von Waren, Gütern und Personen. Deshalb sind in diesen Bereichen die meisten Änderungen erforderlich. Als Verbraucher können wir unseren Teil dazu beitragen, indem wir die Lebensspanne und die Auswirkungen der von uns gekauften Produkte, ebenso wie unseren Energie- und Wasserkonsum zu Hause berücksichtigen, und mit Freunden und Familie über unsere Kaufvorhaben diskutieren.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Umwandlung von Abfall in Wertstoffe

In der Vergangenheit wurde Abfall als Ursache für die Umweltverschmutzung betrachtet. Gut gemanagter Abfall kann eine wertvolle Quelle für Materialien darstellen, insbesondere dann, wenn Rohstoffe knapp werden.

Die beste Methode ist, keinen Abfall mehr zu erzeugen. Wenn das nicht möglich ist, sind Wiederverwendung und Recycling empfehlenswert.

Reduzierung

Denke über den Umwelteinfluss der Dinge nach, die du kaufst, und berücksichtige dabei auch die Verpackung. Verwende beim Einkaufen immer wiederverwendbare Taschen, reduziere Nahrungsmittelabfälle und verwende Nachfüllprodukte, wenn immer das möglich ist, um Einwegverpackungen zu vermeiden. Warum bringst du nicht an deinem Briefkasten einen Aufkleber mit „Bitte keine Werbung“ an und meldest dich von Verteilerlisten für gedruckte Werbung ab, so dass du stattdessen Online-Newsletter oder E-Mail-Newsletter, -Urlaubsprospekte oder -Kataloge erhältst? Du könntest eine Online-Rechnungsstellung für deine Rechnungen und Kontoauszüge wählen oder einen Komposthaufen für Abfall von Obst und Gemüse anlegen! Wenn du Geschenke machst, überlege, ob du nicht eine Dienstleistung statt eines Gegenstands schenken kannst, beispielsweise Veranstaltungstickets oder einen Kurs für das Lieblingshobby der beschenkten Person. Und wenn du ein Produkt benötigst, das du nur einmal benutzen wirst, wie beispielsweise ein Buch oder ein Werkzeug, denke darüber nach, es auszuleihen, statt es zu kaufen. Wenn du ein Baby hast, überlege, ob du Stoffwindeln verwenden könntest. Im Alter von zweieinhalb Jahren hat ein Kind, das mit Einmalwindeln gewickelt wurde, ca. 6 500 Windeln verbraucht. Das sind ca. 1,5 Tonnen Abfall.

Wiederverwendung

Die Wiederverwendung von Dingen hat zahlreiche Vorteile. Man braucht weniger natürliche Ressourcen, spart Energie, verringert den Wasserverbrauch und du kannst Geld sparen.

Möglicherweise brauchst du deine alten Kleider, Bücher, Taschen, Möbel oder dein altes Mobiltelefon nicht mehr – aber jemand anderes könnte diese Dinge brauchen! Hast du schon darüber nachgedacht, nicht mehr benötigte Dinge über Online-Shops zu verkaufen, Wohltätigkeitseinrichtungen zu spenden oder mit Freunden zu tauschen? Du kannst auch aktiv mitwirken, indem du selbst gebrauchte Kleidung und andere Dinge kaufst.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED! DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Überlege, Mehrweg- statt Einwegartikel zu kaufen, wenn du die Wahl hast, wie beispielsweise aufladbare Batterien, und verwende die Dinge noch für einen anderen Zweck, wenn das möglich ist. Lebensmittelbehälter aus Kunststoff sind ideal als Gefrierbehälter geeignet, Marmeladengläser für Gewürze und alte Glückwunschkarten für Geschenkanhänger oder Collagen.

Informiere dich darüber, ob kaputte oder verschlissene Artikel repariert werden können, bevor du sie wegwirfst, und achte beim Kauf von Neuprodukten darauf, wie gut sie gegebenenfalls repariert werden können.

Lokale „Freecycling“-Websites schaffen Kontakte zwischen Menschen, die Dinge verschenken wollen, und Menschen, die nach kostenlosen Dingen suchen, von der Babykleidung bis hin zu alten Fernsehgeräten oder Bauschutt. Viele Designer und Unternehmen haben das Upcycling entdeckt, also alte oder nicht mehr benötigte Dinge in begehrte einzigartige Objekte umzuwandeln, die sich verkaufen lassen. Kaputter Schmuck, Abfalltextilien und Möbel – insbesondere alte Stücke – werden von kreativen Geistern immer gesucht. Warum suchst du nicht auf Bastel-Websites nach Inspirationen und machst dich selbst ans Werk?

Recycling

Nach der Wiederverwendung ist das Recycling die beste Option. Es sorgt dafür, dass aus gebrauchten Dingen wieder Neuprodukte gefertigt werden und trägt damit dazu bei, endliche Ressourcen zu sparen und natürliche Lebensräume zu schützen. Recycling vermeidet die Wasser- und Luftverschmutzung, die durch den Bergbau, den abraumfreien Abbruch und das Abholzen von Rohmaterialien entstehen. Darüber hinaus wird im Vergleich zur Verwendung von Rohmaterialien für die Herstellung neuer Produkte weniger Energie aufgewendet. Außerdem wird auch die Abfallmenge reduziert, die der Verbrennung und Mülldeponien zugeführt wird, beides maßgebliche Erzeuger von Methan, einem Treibhausgas, das sich um 20 Mal stärker auf den Klimawechsel auswirkt als Kohlendioxid.

Innerhalb der EU sind die Recyclingraten für den Hausmüll wesentlich gestiegen – von 23 % im Jahr 2001 auf 35 % im Jahr 2010 – aber dieser Wert könnte noch erheblich gesteigert werden, zumal derzeit nur 4 von 28 Ländern das Ziel der Gesetzgebung erfüllen, bis zum Jahr 2020 50 % des Hausmülls und vergleichbarer Abfälle zu recyceln. Der größte Teil unseres Hausmülls kann recycelt werden: organische Abfälle, einschließlich roher und gekochter Nahrungsmittel, Papier und Karton, Textilien, Metall, Glas und bestimmte Kunststoffe. Viele Kommunen bieten einen Abholservice für einige oder alle dieser recyclingfähigen Abfälle an. Wenn das bei dir nicht der Fall ist, gibt es möglicherweise einen lokalen Recyclinghof, wo du die Dinge direkt hinbringen kannst.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED! DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Wasser: Lebensnotwendige Ressource

In einigen Teilen Europas ist Wasser im Überfluss vorhanden, in anderen dagegen ist es knapp. Egal, wo du lebst, achte auf deinen Wasserverbrauch und versuche, eine Verschwendung von Wasser, wo immer möglich, zu vermeiden. Wasser ist eine endliche Ressource. Es muss behandelt werden, damit es sicher als Trinkwasser genutzt werden kann, und Abfallwasser muss verarbeitet werden, bevor es in die Umwelt zurückgeleitet wird: Beide Aktivitäten verbrauchen Energie und andere Ressourcen. Angesichts einer Zukunft der erhöhten Wasserknappheit, immer weniger vorhersehbaren Wetterphänomenen und einer gesteigerten weltweiten Nachfrage nach Frischwasser ist es wichtig, dass wir alle Wasser effizienter nutzen, und zwar sowohl direkt als auch indirekt.

Eine direkte Wasserverschwendung ist leicht zu erkennen, und du kannst Schritte unternehmen, um dein Verhalten zu ändern. Du kannst duschen statt baden, einen wassersparenden Duschkopf installieren, wassersparende Toiletten und andere Haushaltsgeräte installieren, tropfende Wasserhähne und Toiletten schnell reparieren, das Wasser während des Zähneputzens abdrehen und Regenwasser sammeln, mit dem du deinen Garten wässerst. Und es gibt natürlich auch Dinge, die du auf keinen Fall machen darfst: Verwende deine Toilette nicht für die Entsorgung flüssiger Abfälle. Und schütte keine Farben oder andere umweltschädigenden Substanzen in den Abfluss.

Der indirekte Wasserverbrauch ist in der Regel nicht offensichtlich, möglicherweise verbrauchst du also sehr viel mehr Wasser als du glaubst. Wasser wird in fast jedem Bereich für die Produktion benötigt. Wenn Sie beispielsweise einen Beutel Kartoffeln im Lebensmittelgeschäft kaufen, ist der direkte Wasserverbrauch das Wasser, das Sie brauchen, um die Kartoffeln zuzubereiten, zu waschen und zu kochen. Der indirekte Verbrauch bezieht sich auf das gesamte Wasser, das in der Lieferkette gebraucht wurde, um die Kartoffeln überhaupt zu produzieren: Monatelange Bewässerung, Transport, Kraftstoffe für die Maschinen usw. Heute fangen bereits viele Unternehmen damit an, den Wasserverbrauch für ihre Produkte zu berechnen und zu veröffentlichen. Kaufe Produkte mit weniger Wasserverbrauch, um der Umwelt einen Gefallen zu tun! Weitere Informationen über den indirekten und den direkten Wasserverbrauch findest du in unserem Wasserleitfaden (<http://www.imagineallthewater.eu>).



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Grünere Wirtschaft in der EU

Was ist „grüne“ Wirtschaft?

Angesichts der heutigen Herausforderungen müssen wir damit beginnen, Waren anders herzustellen und zu konsumieren. Das bedeutet: eine höhere Wertschöpfung mit geringerem Ressourceneinsatz erreichen, Kosten senken und die schädlichen Auswirkungen auf die Umwelt minimieren. Wir müssen mit weniger mehr erreichen.

Effizientere Produktionsverfahren und bessere Umweltmanagement-Systeme können erheblich zur Reduzierung von Umweltverschmutzung und Abfällen sowie zum Einsparen von Wasser und anderen Ressourcen beitragen. Darin liegen auch wirtschaftliche Vorteile, weil sich damit Betriebskosten senken und die Abhängigkeit von Rohstoffen vermindern lassen.

Das ist der Grundgedanke der „grünen“ Wirtschaft (oder Kreislaufwirtschaft). Dieses Wirtschaftssystem optimiert den Fluss von Gütern und Dienstleistungen, um Rohstoffe bestmöglich auszuschöpfen und Abfälle auf das absolute Mindestmaß zu reduzieren.

Die grüne Wirtschaft teilt Materialien nach ihrem Typ ein. Biologische Materialien (Lebensmittel, Pflanzabfälle, Holz und Textilfasern) werden nach ihrem Verbrauch wieder als Kompost oder Dünger an die Umwelt zurückgegeben, um die Nährstoffe im Boden wieder aufzufüllen und/oder zur Erzeugung erneuerbarer Energie zu dienen. Technische Materialien werden in einem geschlossenen Kreislaufsystem immer wieder gewartet, wiederverwendet, aufbereitet oder recycelt. Das System ist energieeffizient und setzt nach Möglichkeit erneuerbare Energien ein, wodurch Emissionen und Treibhausgase reduziert werden.

Die grüne Wirtschaft erfordert eine Abkehr von der traditionellen Herstellungsphilosophie von „Take, Make und Dispose“ (Rohstoffe gewinnen, Produkte herstellen und wegwerfen).

Sie wird eine neue Dynamik in allen Wirtschaftssektoren schaffen. Es wird eine Nachfrage nach Innovationen im Bereich Produktdesign sowie in der Herstellung geben, während wir daran arbeiten eine neue Generation von Produkten zu erstellen, welche langlebiger sind und am Ende ihrer Lebensdauer entweder wiederverwendet, repariert oder in wiederverwertbare bzw. recyclebare Bestandteile zerlegt werden können.

Regierungen und Unternehmen müssen dazu beitragen, die Beschäftigten in den Betrieben durch Ausbildungsmaßnahmen auf die Anforderungen einer grünen Wirtschaft vorzubereiten.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Europa auf dem Weg zu einer grünen Wirtschaft

Die meisten Europäer haben einen guten Lebensstandard, der ihnen den einfachen Zugang zu einer großen Fülle von Produkten und Verbrauchsgütern ermöglicht. Das ist für viele selbstverständlich, bedeutet aber, dass wir die natürlichen Ressourcen schneller verbrauchen als sie wieder aufgefüllt werden können. Parallel zum wachsenden Wohlstand auf der ganzen Welt erwarten auch Menschen in anderen Regionen, völlig zu Recht, einen ähnlich hohen Lebensstandard.

Deshalb braucht Europa eine grüne Wirtschaft. Tatsächlich ist es möglich, mit weniger Rohstoffen mehr herzustellen und die Auswirkungen auf die Umwelt durch mehr Innovation, ressourceneffiziente Geschäftsmodelle und optimale Nutzung von Abfällen als Ressource zu vermindern. Der Weg zur grünen Wirtschaft sollte sich am Erfolg der europäischen Ökobranchen orientieren und darauf aufbauen, etwa in den Bereichen Abfallbehandlung und Recycling, Wasserbehandlung und Wasserversorgung und erneuerbare Energien. Diese haben sich in den letzten Jahren und während der Finanzkrise als die stabilsten und am schnellsten wachsenden Sektoren erwiesen.

Der Umstieg auf eine grüne Wirtschaft wird auch unsere Vorreiterrolle für die Weltwirtschaft insgesamt fördern, die unbedingt Lösungen für die Probleme Bevölkerungswachstum, Ressourcenknappheit und Umweltschäden braucht.

Strategien, die natürliche Ressourcen erhalten

Die gute Nachricht: Unser Wasser und unsere Luft sind heute deutlich sauberer als noch vor einigen Jahrzehnten, und auch der Naturschutz in Europa hat um einiges zugenommen. Die EU richtet ihre Aufmerksamkeit jetzt darauf, die europäische Wirtschaft ressourceneffizienter zu gestalten - durch neue Leitlinien zur Mobilisierung der Unternehmen, der Industrie und der Verbraucher.

Viele dieser Ideen sind im „Fahrplan für ein ressourceneffizientes Europa“ zu finden. Er zeigt auf, wie politische Entscheidungsträger unsere Welt ressourceneffizienter machen können, und setzt Ziele, die Aufschluss über die Erfolge geben.

In ähnlicher Weise wird auch im Umweltaktionsprogramm der Aktion mit dem Titel „Gut leben innerhalb der Belastbarkeitsgrenzen unseres Planeten“ das Ziel verfolgt, bis zur Mitte dieses Jahrhunderts eine umweltschonendere, integrative Wirtschaft zu erreichen. In einer Zukunft, in der Nachhaltigkeit großgeschrieben wird, stützt sich eine gesunde und blühende Umwelt auf eine innovative Kreislaufwirtschaft, in der es so gut wie keine Abfälle gibt und in der natürliche Ressourcen nachhaltig zu Gunsten der Gesellschaft verwaltet werden.

<http://ec.europa.eu/environment/newprg/index.htm>



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED! DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Ressourceneffizienz ist auch ein Kernbestandteil von Europa 2020, der Strategie der EU für eine intelligente, nachhaltige und integrative Wirtschaft. Die EU hat gerade eine Reihe von europaweiten Initiativen zur Unterstützung dieser Politik gestartet. Neben Verbesserungen in den Bereichen Verkehr und Energie gehören dazu auch verstärkte Aufklärung darüber, wie wichtig es ist, die knappen Ressourcen effizient einzusetzen und beim Verbrauch auf mehr Nachhaltigkeit zu achten.

<http://ec.europa.eu/resource-efficient-europe/>

Zu den Bemühungen zur Förderung eines umweltfreundlicheren Binnenmarkts gehört auch die Einführung EU-weiter Methoden zur Messung der Umwelteigenschaften von Produkten und Unternehmen, um Vertrauen bei Herstellern und Verbrauchern gleichermaßen zu schaffen. Die vorgeschlagenen Methoden sollen dazu beitragen, die ressourceneffizientesten und umweltfreundlichsten Produkte auf dem Markt erkennbar und bekannt zu machen.

<http://ec.europa.eu/environment/eussd/smgp/index.htm>

Die EU wird auch weiterhin neue Wirtschaftsanreize zur Intensivierung und Belohnung ressourceneffizienter Produktionsverfahren und Güter propagieren und fördern. Ein Beispiel dafür ist die „European Green Cars Initiative“. Derzeit werden 73 % des insgesamt in Europa verbrauchten Erdöls für den Automobilverkehr verwendet, und aktuellen Prognosen zufolge wird sich die Zahl der Personenkraftwagen in den nächsten 20 Jahren verdoppeln. Die „Green Cars Initiative“ zielt darauf ab, Forschung und Innovation im Bereich umweltfreundlicherer Automobile anzutreiben.

http://www.green-cars-initiative.eu/funding/open-fp7-calls/2013-call-texts/FP7-2013-MATERIALS_FOR_GREEN_CARS.pdf/view

http://ec.europa.eu/research/transport/road/green_cars/index_en.htm

Du kannst auch den „Fahrplan für eine kohlenstoffarme Wirtschaft bis 2050“ der EU-Kommission lesen. Hier erfährst du, wie die Bereiche, die für die höchsten Treibhausgasemissionen in Europa verantwortlich sind – Stromerzeugung, Industriebetriebe, Transport, Gebäude, Bauwesen und Landwirtschaft – in den nächsten Jahrzehnten den Übergang in eine kohlenstoffarme Wirtschaft vollziehen sollen.

http://ec.europa.eu/clima/policies/roadmap/index_en.htm

Durch den „Fahrplan für eine kohlenstoffarme Wirtschaft“ erfährst du, welchen Beitrag der „Energiefahrplan 2050“ zu der bis 2050 angestrebten Reduzierung der Treibhausgasemissionen um 80 bis 95 % in der Union leistet.

http://ec.europa.eu/energy/index_en.htm

Hast du schon einmal überlegt, wie wichtig Biodiversität für unser eigenes Überleben ist? Und wie sie mehr und mehr verloren geht? Die Biodiversitätsstrategie möchte diesen Trend umkehren. Bis 2050 sollte die Biodiversität in der EU und folglich auch ihr Nutzen für die Ökosysteme – Europas natürliches Kapital – geschützt, wertgeschätzt und angemessen wiederhergestellt sein.

http://ec.europa.eu/environment/nature/index_en.htm



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED! DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Die Vogelschutz-Richtlinie sorgt für den Erhalt der Wildvogelpopulationen in Europa und schützt international bedeutsame Feuchtbiotope.

http://ec.europa.eu/environment/nature/legislation/birdsdirective/index_en.htm

Das Netzwerk „Natura 2000“ von Naturschutzgebieten wurde gegründet, um langfristig das Überleben der wertvollsten und am meisten bedrohten Tierarten und Lebensräume zu garantieren.

http://ec.europa.eu/environment/nature/natura2000/index_en.htm

Die „Habitat-Richtlinie“ dient zur Wiederherstellung geschützter natürlicher Lebensräume und Arten und zur Förderung eines zusammenhängenden europäischen Netzwerks geschützter Flächen.

http://ec.europa.eu/environment/nature/legislation/habitatsdirective/index_en.htm

Die Wasserrahmenrichtlinie (Water Framework Directive, WFD) und das Wasserinformationssystem für Europa (Water Information System for Europe, WISE) fördern den Schutz aller Wassersysteme vor schädlichen Umwelteinflüssen. WISE ist das Informationsportal über Wasser in Europa.

http://ec.europa.eu/environment/water/water-framework/index_en.html

<http://www.water.europa.eu/>

Der Water Blueprint 2012 weist den Weg zur besseren Umsetzung der bestehenden Wassergesetzgebung und Integration weiterer Vorschriften.

http://ec.europa.eu/environment/water/blueprint/index_en.htm

Im Jahr 2013 ist ein neues Gesetz zur Holzvermarktung in Kraft getreten, um illegale Holzimporte in die EU zu verhindern.

http://ec.europa.eu/environment/forests/timber_regulation.htm

Die EU-Gesetzgebung über Abfallbewirtschaftung wird derzeit überarbeitet. Damit soll sichergestellt werden, dass unvermeidbare Abfälle als Ressourcen genutzt werden. Die Regelungen werden sich voraussichtlich auf die folgenden Bereiche erstrecken: Verringerung der Abfallerzeugung, Erhöhung der Wiederverwendungs- und Recyclingquoten, allmählicher Abbau der Deponierung und strenge Begrenzung der energetischen Verwertung auf nicht-recyclingfähige Abfälle, Reduzierung von Kunststoffabfällen (unter anderem auch durch Verringerung der Anzahl von Plastiktüten in der EU), Verminderung von Meeresmüll sowie die Verbesserung der Abfallgesetzgebung.

<http://ec.europa.eu/environment/waste/index.htm>



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED! DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Europa ist in hohem Maß auf den Import von Rohstoffen und Energie angewiesen. Du kannst herausfinden, welche Maßnahmen im „Fahrplan für ein ressourceneffizientes Europa“ empfohlen werden, um die Ressourcenproduktivität zu steigern und das Wirtschaftswachstum von der Nutzung der Ressourcen zu entkoppeln, damit Europa dauerhaft konkurrenzfähig bleibt und weniger von Importen abhängig ist, während damit gleichzeitig unser natürliches Kapital geschützt wird.

http://ec.europa.eu/environment/resource_efficiency/

Ein wichtiger Schritt wurde bereits zu Beginn des Jahres 2012 mit der Einführung der Europäischen Innovationspartnerschaft für Rohstoffe unternommen. Im Rahmen von Innovationspartnerschaften kommen grenzen- und sektorenübergreifend öffentliche und private Interessenvertreter zusammen. Ihr Ziel ist die Beschleunigung von Innovationsprozessen, um einerseits die Abhängigkeit der EU von Rohstoffen zu verringern und andererseits sowohl den effizienten Materialverbrauch als auch die Reduzierung von Abfällen bis zum Jahr 2020 voranzutreiben.

http://ec.europa.eu/enterprise/policies/raw-materials/innovation-partnership/index_en.htm

Wusstest du, dass die öffentlichen Institutionen Europas zu den Spitzenkonsumenten zählen? Jedes Jahr geben sie etwa zwei Billionen Euro aus. Das entspricht ca. 17% des Bruttoinlandsproduktes der EU. Wenn sie ihre Kaufkraft verantwortungsvoll einsetzen und sich für Produkte und Dienstleistungen mit geringeren Umweltfolgen entscheiden, können sie einen wesentlichen Beitrag zu nachhaltigem Konsum und nachhaltiger Produktion leisten. Hier erfährst du mehr über grünes öffentliches Beschaffungswesen (Green Public Procurement, GPB):

http://ec.europa.eu/environment/gpp/what_en.htm

Die grüne Wirtschaft und Arbeitsplätze

Die Umweltwirtschaft bietet Chancen für zukünftiges Wachstum und die Schaffung von Arbeitsplätzen in Europa. Die sogenannten „Ökobranchen“ in den Sektoren Recycling, Wasseraufbereitung, Bewirtschaftung natürlicher Ressourcen, nachhaltige Forst- und Landwirtschaft oder umweltfreundliche Produkte und Dienstleistungen tragen rund 2,5% zum BIP der EU bei und haben sich mit einem jährlichen Wachstum von ca. 8% in den vergangenen 10 Jahren als krisenfest erwiesen.

Europa hat in einigen dieser Sektoren einen starken weltweiten Marktanteil, beispielsweise geschätzte 50% Weltmarktanteil an den Recyclingbranchen. Biologische Landwirtschaft ist ein weiterer Wachstumsbereich.

Exporte von ökologischen Waren und Dienstleistungen sind zwischen 1999 und 2010 um fast das Dreifache auf 24 Milliarden EUR gestiegen. Die Ökobranchen beschäftigen bereits mehr Mitarbeiter als die Bereiche Stahl, Pharma oder Automobil.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED! DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Eine kürzlich von der Zeitschrift Harvard Business Review veröffentlichte Studie belegt, dass sich Nachhaltigkeitsinvestitionen von Unternehmen in besseren Finanzergebnissen niederschlagen. Außerdem erzielen ressourceneffiziente Unternehmen, die weniger Energie und Wasser verbrauchen und weniger Abfälle zur Herstellung einer Umsatzeinheit erzeugen, der Studie zufolge in der Regel auch höhere Investitionsrenditen als ihre Konkurrenten. Siehe:

<http://blogs.hbr.org/2012/09/sustainable-investing-time-to/>

Die Entwicklung neuer Lösungen, die Abfall nicht als lästiges Übel, sondern als Ressource betrachten, bietet erhebliche Chancen sowohl zur Schaffung neuer Arbeitsplätze als auch zur Erhaltung natürlicher Ressourcen. In den kommenden Jahren werden neue EU-Initiativen ausgearbeitet, um die Behandlung und den Umgang mit verschiedenen Abfallarten zu verbessern. Laut einer Studie aus dem Jahr 2012 könnte Europa bei vollständiger Umsetzung aller abfallrechtlichen EU-Gesetze jährlich 72 Milliarden EUR sparen. Ferner würden bis zum Jahr 2020 die Umsätze im Bereich Abfallbehandlung und Recycling um 42 Milliarden EUR steigen, und es würden 400 000 neue Arbeitsplätze entstehen.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Tipps

Hier haben wir alle auf unserer Website verfügbaren Tipps zusammengetragen. Aber darüber hinaus gibt es noch viel mehr zu entdecken!

Die Ratschläge sind nach Themengebieten (Luft, Wasser, Boden, Mineralien usw.) geordnet. So sind die Auswirkungen verschiedener Produkte und täglicher Gewohnheiten auf natürliche Ressourcen und die Umwelt besser zu verstehen. Außerdem können so nachhaltige Alternativen einfach dargestellt werden, damit jeden Tag kluge Verbraucherentscheidungen getroffen werden, die einem selbst und dem Planeten zugute kommen.

Es steht auch ein Sonderleitfaden zum Thema Wasser [[Link zur PDF-Datei](#)] mit überraschenden Fakten zu den indirekt und unbewusst verbrauchten Unmengen von Wasser zur Verfügung.

Viel Spaß beim Lesen, und denke daran: Du kannst mit deinen Entscheidungen einen gewaltigen Unterschied machen!



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED! DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Luft

Saubere Atemluft zählt zu den menschlichen Grundbedürfnissen. Aber die Qualität der Luft wird beeinträchtigt durch Autoabgase, Verbrennung fossiler Brennstoffe und Viehzucht, die alle die Atmosphäre mit schädlichen Treibhausgasen, wie Kohlendioxid und Methan, verschmutzen. Wenn wir öfter zu Fuß gehen, erneuerbare Energien nutzen und weniger Fleisch essen, können wir durch diese simplen Dinge den Schaden für unsere Atmosphäre reduzieren.

Farbe

Ist deine Farbe grün?

Es gibt Millionen Fans von „Do it yourself“ (DIY) in Europa. Jedes Jahr geben Hausbesitzer viele Milliarden Euro für Holz, Farbe, Lack und andere Materialien für Heimwerkerprojekte aus. Auch hier ist es möglich die Umwelt zu schonen – indem du Materialien wiederverwendest, beim Holzkauf auf nachhaltige Produkte achtest und umweltverträgliche Farbe kaufst. Insbesondere bei Farbe kann die Umweltbelastung deutlich verringert werden, wenn man einige einfache Regeln beachtet. Wenn du Farbe, Holzanstriche oder Holzschutzmittel kaufst, solltest du dich für das Produkt mit der niedrigsten Umweltbelastung entscheiden. Rechne aus, wie viel Material du brauchst und versuche, nicht zu viel zu kaufen – ein Großteil der gekauften Farbe wird nie verwendet und damit zu einem problematischen Abfallprodukt. Wenn du die Wahl hast, solltest du ein Produkt ohne Warnetikett kaufen. Das ist in vielen Ländern ein schwarzes Symbol auf einem orangen oder gelben Viereck mit einer Beschreibung der Warnung. Naturfarben, Farben auf Milchbasis und Kalkfarben enthalten häufig weniger schädliche Substanzen als gewöhnliche Farbe. Diese Farben lassen sich besser verarbeiten und schaffen auch eine bessere Raumluft. Einige Hersteller bieten sogar recycelte Farbe an. Achte beim Produktkauf außerdem auf das europäische Umweltsiegel für Innenfarben. Das findest du auf Produkten, die weniger schädlich für die Umwelt sind.

Fahrrad

Um wie viel geringer sind deine CO₂-Emissionen wenn du mit dem Fahrrad fährst?

Wenn nur genug Menschen von vier Rädern auf zwei Räder wechseln würden, könnten die CO₂-Emissionen beträchtlich gesenkt werden. Und glücklicherweise geht der Trend tatsächlich in diese Richtung. Wahrscheinlich ist dir schon mal aufgefallen, dass mehr Leute in deiner Stadt mit dem Rad unterwegs sind. Im vergangenen Jahr konnten in Großbritannien 1,3 Millionen mehr Radfahrer gezählt werden. Damit steigt die Gesamtzahl der Radfahrer im Vereinigten Königreich auf 13 Millionen; das sind 27% der Bevölkerung. Von diesen neu gezählten Radfahrern benutzen 500 000 Personen ihr Fahrrad häufig oder regelmäßig.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED! DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Ganz gleich, ob du mit dem Rad zur Arbeit fährst oder nur zum Spaß auf dem Drahtesel unterwegs bist – die Vorteile sind vielfältig. Zunächst einmal ist Radfahren ideal geeignet, um sich fit zu halten. Gleichzeitig trägst du zu einer gesünderen und saubereren Umwelt bei, da du die Luft nicht verpestest und den Straßenverkehr entlastest. Radfahren ist weitaus günstiger und praktischer, um von A nach B zu gelangen, weil du Staus umgehst und Benzinkosten sparst. Keine Frage, Radfahren ist absolut umweltschonend. Du willst dem Ökotrend die Krone aufsetzen? Wenn du noch kein Fahrrad gekauft hast, wie wäre es dann mit einem gebrauchten Rad? Dadurch, dass Radfahren immer beliebter wird, sinken die Kohlenstoffemissionen und die Gesellschaft verhält sich insgesamt umweltfreundlicher. Doch der Boom bringt auch eine steigende Anzahl nicht mehr benötigter Räder mit sich. Alte Fahrräder landen häufig auf der Müllkippe, obschon sie aus vielen recycelbaren Materialien wie Aluminium und Gummi bestehen. Somit sind Fahrräder selbst als Abfallprodukt noch wertvoll. Wenn du ein neues Fahrrad kaufen willst, solltest du dir eines zulegen, an dem du lange Spaß haben wirst. Wichtig ist auch, dass du dein Rad pflegst. So viele Fahrräder werden mit der guten Absicht gekauft, von nun an mit dem Rad zur Arbeit zu fahren. Und dann setzen sie doch nur Rost an. Eine optimale Nutzung von Ressourcen ist das nicht. Eine Idee wäre zum Beispiel, sich für einige Wochen ein Rad auf Probe zu leihen. Wenn deine Begeisterung anhält, kannst du dir ein gebrauchtes oder neues Fahrrad kaufen.

Computer

Sollte dich dein Chef bitten, häufiger von zu Hause zu arbeiten?

Weil es besser für die Umwelt ist... Pendeln verschmutzt nicht nur die Umwelt. Darüber hinaus werden Ressourcen verschwendet. Denk mal an die Abnutzung der Straßen und an all die neuen Materialien und Ressourcen, die für die Ausbesserung nötig sind. Natürlich ist es für einige unvermeidbar, zur Arbeit zu fahren. Aber für viele von uns schon. Stell dir nur vor, du könntest den Berufsverkehr morgens und abends umgehen... Wusstest du, dass Stop-and-go-Fahren den Benzinverbrauch verdoppelt? Nicht zu vergessen all die zusätzlichen Emissionen, die du verursachst. Wenn du den Weg zur Arbeit mit dem Rad oder zu Fuß zurücklegst, kannst du deine Umweltbelastung deutlich verringern – und dich gleichzeitig fit halten. Warum nicht einmal auf öffentliche Verkehrsmittel ausweichen? Oder wie wäre eine Mitfahrgelegenheit bei einem Kollegen oder einer anderen Person, die in die gleiche Richtung will? Dadurch sparst du sowohl Geld als auch Kohlenstoffemissionen. Du könntest sogar ganz auf dein Auto verzichten und dich einem Auto-Club anschließen, bei dem die einzelnen Mitglieder stündlich, täglich oder wöchentlich ein Auto mieten können. Oder: Du könntest deinen Chef fragen, ob du von zu Hause arbeiten kannst!



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Autoschlüssel

Es ist nicht einfach, auf sein Auto zu verzichten. Aber sollte man es deshalb nie versuchen?

Um dein Leben umweltfreundlicher zu gestalten, musst du manchmal echte Opfer bringen. Manches ist aber auch ganz leicht umsetzbar. Wie zum Beispiel Spaziergehen statt Autofahren – es ist so einfach und hat so viele offensichtliche Vorteile für die Umwelt: Die Luft wird weniger verschmutzt, es herrscht weniger Lärmbelastung und du verbrauchst weniger Ressourcen, die für die Produktion, den Antrieb oder die Reparatur eines Autos notwendig sind. Daneben profitiert auch deine Gesundheit von regelmäßiger Bewegung. Natürlich gibt es Situationen, in denen Autos unverzichtbar sind. Aber für kürzere Fahrten – wie z. B. den Weg zum nächsten Supermarkt oder um einen Freund auf einen Kaffee zu treffen – solltest du überlegen, ob du das Auto wirklich brauchst oder ob du nicht genauso gut laufen könntest. Gibt es eigentlich irgendjemanden auf der Welt, der gern im Supermarkt Lebensmittel einkauft? Das Anstehen, die Menschenmengen, der mühsame Weg aus dem Parkplatzgelände – das kann schon an den Nerven zerren. Wenn du das nächste Mal an der Kasse stehst, frag dich selbst: Musste dieser Weg zum Supermarkt wirklich sein? Hätte ich mir die Lebensmittel vielleicht sogar liefern lassen können? Online-Shopping ist eine effiziente Variante, um sich neue Lebensmittel zu besorgen. Nur ein Tipp: Kontrolliere unbedingt die Verfallsdaten auf den Produkten, sobald sie bei dir eintreffen, damit du weißt, was zuerst verzehrt werden muss. Denn die Verschwendung von Essen ist gleichbedeutend mit der Verschwendung von Ressourcen. Wenn du lieber selbst in den Supermarkt fährst, denk darüber nach, ob du nicht zum nächsten Laden um die Ecke fahren kannst und ob du den Weg vielleicht zu Fuß oder mit dem Rad zurücklegen kannst. Und vergiss deine Einkaufsliste nicht!



GENERATION
AWAKE

DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Wasser

In Europa kann man leicht vergessen, dass Wasser eine begrenzte Ressource ist und dass viele Menschen in anderen Regionen der Welt nicht regelmäßig Zugang zu frischem Wasser haben. Unser Umgang mit Wasser hat Folgen für andere Menschen. Daher sind wir verantwortlich für einen effizienteren direkten Wassergebrauch (indem wir z. B. duschen statt zu baden) und für die sinnvolle Verwendung von Produkten, zu deren Herstellung viel Wasser benötigt wird. Durch die Folgen des Klimawandels werden in gar nicht so ferner Zukunft größere Teile Europas wahrscheinlich mit Wasserknappheit und eingeschränktem Zugang zu Trinkwasser von guter Qualität konfrontiert sein.



Badewanne

Wie wäre es mit einer Dusche statt mit einem Bad?

Wir müssen uns langsam mit dem Gedanken anfreunden, dass Wasser eine begrenzte Ressource ist. Etwa ein Fünftel der gesamten Weltbevölkerung lebt heute in Gebieten mit Wasserknappheit. Eine weitere halbe Milliarde Menschen ist zudem mit ausgeprägtem Wassermangel konfrontiert. Es gibt genügend Frischwasser auf der Erde, um den Bedarf der Weltbevölkerung von aktuell sieben Milliarden Menschen (und diese Zahl steigt weiter) zu sichern, aber es ist ungleichmäßig verteilt und zu viel Wasser wird verschwendet. Immer mehr Regionen in Europa haben mit Wasserknappheit und Dürren zu kämpfen. Daher liegt es in unserer Verantwortung, Wasser effizienter zu nutzen. Das ist ganz leicht, wenn wir einfache Änderungen im Alltag vornehmen, wie etwa zu duschen statt zu baden. Eine volle Badewanne verbraucht viel mehr Wasser als eine kurze Dusche. Wer jeden Tag fünf Minuten duscht, statt ein Bad zu nehmen, spart pro Woche 400 Liter Wasser - und verbraucht viel weniger Energie. Willst du dennoch baden, lass die Wanne nicht ganz voll laufen. Und wenn das Wasser so heiß ist, dass du kaltes Wasser nachlaufen lassen musst, verschwendest du wiederum nicht nur Wasser, sondern auch Heizenergie!



Badewasser

Kannst du dein Badewasser mit jemandem teilen?

Wenn du ein Bad nehmen willst, geht es dir wahrscheinlich um Entspannung und um die Körperpflege. Warum lässt du das Wasser also nicht einfach für jemand anderen in der Wanne, wenn du mit dem Baden fertig bist? Fülle die Badewanne nur zur Hälfte und nicht bis ganz zum Rand. Kontrolliere die Temperatur des Badewassers regelmäßig, damit du nicht anschließend kaltes oder heißes Wasser nachlaufen lassen musst.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Shampoo

Hast du schon mal darüber nachgedacht, ein „grünes“ Shampoo zu kaufen?

Verschiedene Shampoos und Spülungen müssen einige Minuten lang im Haar einwirken, während das Wasser einfach in den Abfluss läuft. Achte darauf, Pflegeprodukte zu kaufen, die nicht so lange einwirken müssen. Eine andere Möglichkeit sind ökologische Shampoos und Spülungen. Diese Produkte bestehen aus natürlichen Inhaltsstoffen und schädigen die Wasserökosysteme, in denen sie letztendlich landen, weitaus weniger.



Wasserhahn

Tropft dein Wasserhahn?

Ein tropfender Wasserhahn kann dich im Monat über 100 Liter Wasser kosten. Manchmal ist es schon damit getan, den Wasserhahn gut zuzudrehen. Doch wenn der Hahn ständig tropft, solltest du ihn so schnell wie möglich reparieren lassen.



Durchflussmenge des Wasserhahns

Setzt du dein Wasser zu sehr unter Druck?

Wasserhähne haben ganz unterschiedliche Durchflussmengen; sie reichen von 2 bis 25 Liter pro Minute. Doch kein Normalverbraucher benötigt wohl mehr als 10 Liter pro Minute. Diese Menge kannst du kontrollieren, indem du den Wasserhahn nicht ganz aufdrehst oder das Wasser nicht so lange laufen lässt. Alternativ kannst du die Durchflussmenge reduzieren, indem du dich für Wasserhähne und Duscharmaturen mit geringerem Wasserdurchlauf entscheidest, Durchflussbegrenzer einbauen lässt oder Druckbegrenzungsventile installierst, mit denen der Durchfluss des gesamten Wassersystems begrenzt wird. Halte dir Folgendes vor Augen, wenn du den Wasserhahn aufdrehst: Es ist viel Energie nötig, um Abwasser in Trinkwasser zu verwandeln. Verbrauche daher nur die Menge, die du auch wirklich benötigst.



Wassertemperatur

Ist dein Wasser zu heiß?

Wenn dein Wasser zu heiß ist, musst du so lange kaltes hinzufügen, bis es die richtige Temperatur erreicht hat. Allerdings sollte es möglich sein, die Temperatur über den Thermostat an deiner Heizungsanlage zu regulieren. Wenn es bei dir immer etwas dauert, bis sich das Wasser erhitzt hat, kannst du das kalte Wasser in einer Kanne sammeln und es als Trinkwasser oder zum Blumengießen verwenden. Und selbst wenn dein Wasser immer die richtige Temperatur hat, solltest du heißes Wasser so sparsam wie möglich verwenden, um die Energie zu sparen, die zum Erhitzen des Wassers nötig ist.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Kleidung

Wäre es wirklich schlimm, deine Kleidung noch einen Tag zu tragen?

Aus Hygienegründen macht es durchaus Sinn, Kleidungsstücke wie Socken und Unterwäsche nach jedem Tragen zu waschen. Doch andere Kleidungsstücke wie Pullover und Hosen können mehrfach getragen werden, bevor sie gewaschen werden müssen. Je länger du deine Kleidung bis zum nächsten Washtag trägst, desto mehr Wasser sparst du.



Waschmittel

Was halten unsere Flüsse von deinem Waschmittel?

Das Waschmittel, das du für deine Wäsche verwendest, landet irgendwann in unseren Flüssen und Meeren. Einige Waschmittel enthalten anorganische Inhaltsstoffe wie z. B. Phosphate. Diese sind unter anderem für ein schnelles Algenwachstum verantwortlich und damit letztendlich auch für Wasserverschmutzung. Wenn du weniger Waschmittel verwendest, sinkt auch die Phosphatmenge, die durch den Abfluss in das Ökosystem fließt. Vielleicht kommt ja auch ein Ökawaschmittel für dich in Frage? Die darin enthaltenen natürlichen Inhaltsstoffe schädigen die Wasserökosysteme, in denen sie landen, weitaus weniger.



Wasserhahn in der Küche

Gönne deinen Pflanzen doch ein zusätzliches Glas Wasser.

Du hast dir ein Glas Wasser eingegossen, aber nicht ausgetrunken? Dann schütte es nicht weg. Gieße stattdessen lieber deine Pflanzen damit. Sie werden dir dankbar sein.



Kaffeetasse

Muss dein Wasserkocher wirklich neu gefüllt werden?

Es ist unnötig, den Wasserkocher jedes Mal vollständig zu entleeren und neu zu befüllen, wenn du dir ein heißes Getränk zubereiten willst. Nimm doch einfach das Wasser, das vom letzten Mal noch darin enthalten ist. Wenn du den Wasserkocher und deine Töpfe nur mit der Menge Wasser füllst, die du wirklich brauchst, sparst du Wasser und Energie.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Spüle

Wasch dein Geschirr ab - aber immer umweltbewusst!

Beim Wassersparen kommt es auf Kleinigkeiten an. Geschirr solltest du zum Beispiel nicht unter fließendem Wasser spülen. Wasser fließt in unterschiedlichen Mengen aus einem Küchenhahn - von 2 bis 25 Litern pro Minute. Wie weit du den Hahn aufdrehst und wie lange du das Wasser laufen lässt, hat enorme Folgen für den Wasserverbrauch.

Wenn du eine Spülschüssel verwendest oder das Spülbecken mit dem Stöpsel verschließt, kannst du mindestens 50% der Wasserverschwendung vermeiden. Und wie schon erwähnt, verbrauchst du nicht nur Wasser, wenn du das heiße Wasser aufdrehst. Du würdest staunen, wie hoch die Energiekosten für das Erhitzen von Wasser sind. Wenn dein Wasser zu heiß ist, kontrolliere einfach den Thermostat am Boiler. Manchmal reicht es schon aus, den Thermostat neu einzustellen.



Geschirrspüler

Ist dein Geschirrspüler so energieeffizient wie er sein sollte?

Wenn du dich für eine Spülmaschine entscheidest, statt per Hand abzuwaschen, solltest du dir ein Gerät mit hoher Energieeffizienzklasse zulegen. Wann immer es geht, solltest du das Sparprogramm wählen. Damit verbrauchst du deutlich weniger Wasser als bei einem regulären Spülprogramm. Nicht verwendete Speisereste solltest du in eine Schüssel geben und entweder weiterverwenden oder kompostieren. Verzichte aber darauf, das Geschirr unter laufendem Wasser abzuspülen, bevor du es in die Spülmaschine räumst. Die meisten Geschirrspüler sind leistungsfähig genug, um das Geschirr ohne Vorspülen reinigen zu können. Und vergiss nicht: Lass die Spülmaschine nicht laufen, wenn sie erst halb voll ist. Warte so lange, bis sie voll ist. Und gehe nicht verschwenderisch mit dem Reinigungsmittel oder den Spülmaschinen-Tabs um. Denk immer an die verheerenden Auswirkungen der Phosphate auf Algen in Meeren und Flüssen.



Autoschlüssel

Willst du wissen, wie du Wasser sparen kannst?

Gehörst du auch zu den Leuten, die denken, dass weniger Wasser verbraucht wird, wenn sie ihr Auto selbst waschen, als wenn sie in die Waschanlage fahren? Tatsächlich ist das Gegenteil der Fall. Eine umweltbewusste Autowaschanlage verbraucht deutlich weniger Wasser pro Fahrzeug als eine vergleichbare Autowäsche, die eine Privatperson zu Hause durchführt. Wenn du dein Auto wirklich lieber selbst waschen willst, dann bitte nicht mit einem Wasserschlauch - denn der spuckt über 18 Liter Wasser pro Minute aus. Verwende stattdessen lieber Regenwasser, das du in einer Tonne gesammelt hast. Das funktioniert einwandfrei bei jedem Auto! Und denk daran: Autos müssen nicht wöchentlich gewaschen werden. Manche Autos kommen nur einmal jährlich in den Genuss einer Wäsche!



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Obst

Schont Bio-Obst und -Gemüse wirklich die Umwelt?

Bio-Obst und -Gemüse wird nachhaltig angebaut und weder mit Schädlingsbekämpfungsmitteln noch mit anderen Chemikalien behandelt. Es wächst in einem Boden ohne künstlich zugefügte Pestizide oder Kompost. Womöglich findest du mal eine Schnecke in deinem Salat. Das ist aber nur ein Beweis dafür, wie naturbelassen er ist. Darüber hinaus sparst du Wasser, wenn du Bio-Obst und -Gemüse kaufst, weil du die Produkte nicht so gründlich reinigen musst - schließlich musst du keine Chemikalien abwaschen. Und außerdem enthalten die säuberlich abgeriebenen Zitronenzesten kein Wachs!



Fenster

Mach das Beste aus Regentagen!

Wer seine Pflanzen ausschließlich mit Leitungswasser gießt, könnte nicht verschwenderischer mit Wasser umgehen. Schließlich gibt es das ganze Jahr über kostenloses Wasser für jeden! Gönn deinen Pflanzen einfach jeden Tropfen Regen, den sie kriegen können. Oder stell Eimer auf, in denen du das Regenwasser auffängst, das vom Dach oder durch die Regenrinne läuft. Oder noch besser: Sammle über die Regenrinne genügend Regenwasser in einem Wasserbottich, um den gesamten Garten zu bewässern und die Veranda zu säubern. Deine Pflanzen bevorzugen natürliches Regenwasser und werden es dir danken!



Lampen

Inwiefern hängen Wasser- und Energieverbrauch zusammen?

Für die Energieerzeugung sind ungeheure Wassermengen nötig. Das Wasser dient vor allem der Kühlung von Kraftwerken. Es wird zwar anschließend wieder in die Flüsse geleitet, doch die Temperatur- und Mengendifferenzen können sich negativ auf das Ökosystem auswirken. Und wenn der Strom durch Wasserkraft gewonnen wird, unterbrechen Dämme die natürliche Fließkraft von Flüssen. Dadurch wird verhindert, dass Fische ihre Laichgebiete erreichen. Im Laufe der Zeit können diese Barrieren dafür sorgen, dass die Flüsse sterben.



Dusche

Dauert deine Dusche länger als dein Lieblingslied?

Wir verwenden im Haushalt täglich viel Wasser. Wie viel davon ist wirklich nötig? Wasser ist eine begrenzte Ressource und viele Regionen der Erde, auch in Europa, leiden bereits an einem Mangel bei der Wasserversorgung. Du kannst dazu beitragen, diese kostbare Ressource zu erhalten. Die Dusche am Morgen ist zu einem großen Teil für den Wasserverbrauch in Europa verantwortlich - doch nicht alle Duschorrichtungen sind auch effizient.



GENERATION
AWAKE

DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Powerduschen können zum Beispiel in fünf Minuten mehr Wasser verbrauchen als eine volle Badewanne. Es gibt verschiedene Möglichkeiten, beim Duschen Wasser zu sparen. Du kannst den Hahn abdrehen, während du Shampoo oder Duschgel benutzt. Oder du duschst nicht ganz so lang. Vielleicht kommt auch ein Dusch-Timer in Frage oder du ersetzt deine Powerdusche durch ein Modell mit geringerem Wasserdurchlauf.



Toilette

Ist deine Toilette cleverer als gedacht?

Mit der Zweimengenspülung kannst du Flüssigkeiten und Papier mit einer kurzen Spülung entsorgen, bei der 70% weniger Wasser verwendet wird als bei einer herkömmlichen Spülung. Du hast so eine Spülung noch nicht? Kein Problem, sie sind günstig, einfach zu installieren und funktionieren bei fast allen Standard-WCs.



Waschbecken

Offene Hähne, laufendes Wasser, da geht ganz schön viel den Bach runter!

Zähneputzen dauert etwa drei Minuten. Du verschwendest Wasser, wenn du den Wasserhahn dabei die ganze Zeit laufen lässt. Dreh den Hahn erst dann auf, wenn du deine Zahnbürste ausspülen willst. Dasselbe gilt für das Rasieren. Fülle das Waschbecken zur Hälfte mit Wasser, aber lass den Wasserhahn nicht die ganze Zeit laufen.



Waschmaschine

Wasch deine Wäsche bei 30 °C, sofern sie nicht sehr verschmutzt ist.

Für den Wasserverbrauch in einem normalen Haushalt sind Waschmaschinen zu einem großen Teil verantwortlich. Doch es gibt Möglichkeiten, Kleidung effizienter zu waschen. Die meisten modernen Maschinen haben ein Sparprogramm, bei dem weniger Wasser verwendet wird als bei einem gewöhnlichen Waschvorgang. Tatsächlich brauchen die meisten energieeffizienten Waschmaschinen von heute weniger als 50 Liter Wasser pro Waschgang. Ratsam ist es auch, Kleidung bei niedrigeren Temperaturen zu waschen, da auf diese Weise weniger Strom nötig ist als bei hohen Temperaturen (ab 50 °C). Wenn du sonst immer bei niedrigen Temperaturen wäschst, solltest du von Zeit zu Zeit auch einmal etwas heiß waschen, um die Maschine und die Schläuche sauber zu halten.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Schmutzwäsche

Passt noch ein bisschen mehr Wäsche in deine Waschmaschine?

Es liegt auf der Hand: Wenn du zwei Waschmaschinen anstellst, diese aber jeweils nur zur Hälfte füllst, verbrauchst du doppelt so viel Wasser, als wenn du dieselbe Menge Wäsche in eine einzige Maschine stecken würdest. Überleg dir im Voraus, wann du welche Kleidungsstücke brauchst. Dann musst du sie nicht zu einem Zeitpunkt waschen, wenn du keine andere schmutzige Wäsche hast.



Hausapotheke

Wie werden eigentlich abgelaufene Medikamente entsorgt?

Medikamente sind unverzichtbar. Doch in der heutigen Zeit meinen es einige Menschen zu gut. Das Problem ist folgendes: Nachdem die Medikamente durch deinen Körper gewandert sind, verschmutzen Sie das Wasser, in dem sie anschließend landen. Versuche daher, so wenige Medikamente wie nötig einzunehmen. Achte außerdem darauf, ungenutzte Medikamente verantwortungsbewusst zu entsorgen, indem du sie zurück zur Apotheke bringst. Spüle sie niemals die Toilette hinunter und wirf sie auch nicht in den Abfall – sonst landen sie doch nur wieder im Wasserkreislauf.



Handtücher

Wie sauber ist dein Handtuch?

Mit einem Handtuch trocknest du dich ab, nachdem du deinen Körper gewaschen hast. Das Handtuch wird also nur nass, nicht schmutzig. Mit anderen Worten: Du kannst dein Handtuch mehrfach verwenden, bevor du es in die Wäsche wirfst. Viele Hotels geben dir heutzutage die Möglichkeit, bereits benutzte Handtücher mehrfach zu verwenden. Lass sie daher nicht auf dem Badezimmerboden liegen – denn so zeigst du, dass du neue Handtücher möchtest.



Spielzeugauto

Willst du wissen, wie du Wasser sparen kannst?

Ein Spielzeugauto lässt sich ganz einfach waschen. Aber weißt du denn, wie dein richtiges Fahrzeug am besten gewaschen werden kann? Gehörst du auch zu den Leuten, die denken, dass weniger Wasser verbraucht wird, wenn sie ihr Auto selbst waschen, als wenn sie in die Waschanlage fahren? Tatsächlich ist das



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED! DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Gegenteil der Fall. Eine umweltbewusste Autowaschanlage verbraucht deutlich weniger Wasser pro Fahrzeug als eine vergleichbare Autowäsche, die eine Privatperson zu Hause durchführt. Wenn du dein Auto lieber selbst waschen willst, dann bitte nicht mit einem Wasserschlauch – denn der spuckt über 18 Liter Wasser pro Minute aus. Verwende stattdessen lieber Regenwasser, das du in einer Tonne gesammelt hast. Das funktioniert einwandfrei bei jedem Auto! Und denk daran: Autos müssen nicht wöchentlich gewaschen werden. Manche Autos kommen nur einmal jährlich in den Genuss einer Wäsche!



Spülwasser

Warum können Reinigungsmittel nicht einfach nur Fett und Schmutz entfernen?

Alle Waschmittel, Reinigungsprodukte und Desinfektionsmittel landen im Abwasser und damit auch in Flüssen, Seen und Meeren. Einige dieser Produkte enthalten anorganische Inhaltsstoffe, die die Gewässer anreichern und eine Überproduktion von Algen verursachen. Wenn sich diese Inhaltsstoffe schließlich zersetzen, entziehen sie dem Wasser Sauerstoff. Dadurch sterben viele Lebewesen, die nahe dem Meeresboden leben. Da wäre es doch sinnvoll, ein biologisches Waschmittel zu verwenden. Zum Thema umweltfreundliches Reinigen gibt es viele Tipps. Die ältere Generation kann ein Lied davon singen, wie man sparsam UND umweltbewusst lebt. Deine Arbeitsflächen, Textilien und Böden werden von dieser sanfteren Behandlung profitieren. Und wenn deine Toilette, dein Spülbecken oder dein Abfluss mal verstopft sind, kann auch eine Sauglocke weiterhelfen. Sie ist genauso wirkungsvoll wie ein ätzendes Reinigungsmittel. Und sie birgt weniger Verletzungsrisiken – für dich selbst und für die Umwelt.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Boden

Die Bedeutung des Bodens kann gar nicht genug betont werden. Er kommt der Tierwelt zugute und liefert die Nährstoffe für den Anbau der Pflanzen, die wir zum Überleben brauchen. Gutes Bodenmanagement ist daher besonders wichtig für künftiges Wohlergehen. Von der Verschlechterung des Bodens durch Überweidung, Abholzung und schlechte landwirtschaftliche Nutzung sind Millionen Menschen betroffen, insbesondere durch Unterernährung. Durch einfache Mittel können wir Abhilfe schaffen: wenn wir weniger Fleisch konsumieren, Holz aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern und Nahrungsmittel aus ökologischem Anbau kaufen.



Boden

Leidet der Boden unter deinen eigenen vier Wänden an Durst?

Jedes Jahr verschwinden in Europa immer mehr Grünflächen. Sie fallen dem Bau von Wohngebieten, Straßen, Gebäuden und Infrastruktur zum Opfer. Natürlich ist diese Entwicklung unausweichlich, denn wir alle brauchen Häuser, Verkehrsverbindungen und Arbeitsplätze. Doch sobald der Boden einmal bebaut ist, verliert er all seine wichtigen Eigenschaften. Dennoch gibt es Möglichkeiten, wie Hausbesitzer die Verbindung zu diesem verschütteten Boden aufrechterhalten können. Auf diese Weise bewahren sie die lebenswichtige Drainagefunktion und die Wasserspeicherkapazität des Bodens und verhelfen einem kleinen Teil des Bodens zum Überleben. Wenn du beispielsweise deine Einfahrt oder deinen Garten neu anlegst, solltest du dafür ein durchlässiges Material wie porösen Asphalt, Schotter oder Rasen verwenden. Dadurch bleibt der Boden in Kontakt mit der Atmosphäre und kann weiterhin Wasser filtern. Wenn das Wasser nicht mehr in den Boden dringen kann, drohen Überschwemmungen. Dieses Wasser solltest du unbedingt auffangen und sinnvoll wiederverwenden. In einem Wasserbottich kannst du das Wasser sammeln, das vom Dach heruntertropft, und es anschließend anstelle von Leitungswasser für die Gartenbewässerung verwenden. Ein Tipp an die Experimentierfreudigen unter euch: Wie wäre es mit einem grünen Dach? Dachgärten können für gewöhnlich schon auf sehr dünnen Erdschichten angelegt werden. Sie absorbieren Regenwasser, fördern die Artenvielfalt und bieten Isolierung. Vielleicht findet sogar die lokale Tierwelt ein neues Zuhause auf deinem Dach!



GENERATION
AWAKE

DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Pflanzen

Wie laugt das Pflanzenwachstum unsere Erde aus?

Als Garten- und Naturliebhaber solltest du beim Kauf von Kompost Vorsicht walten lassen. Ein Torfmoor sieht vielleicht wie ein ödes, wassergesättigtes Brachland aus, doch tatsächlich ist dessen Boden überaus wichtig: Er unterstützt seltene Exemplare der Flora und Fauna, bringt Nahrungsmittel hervor, fördert die biologische Vielfalt und spielt eine beträchtliche Rolle beim Wasserkreislauf. Das Torfmoor speichert Kohlendioxid, das wiederum an die Atmosphäre zurückgegeben wird, wenn es umgegraben wird. Allein in Großbritannien wird bei der Gewinnung von Torf für den Gartenbau schätzungsweise eine halbe Million Tonnen Kohlendioxid jährlich in die Atmosphäre abgegeben. Einige Länder ziehen sogar die Einführung einer Steuer für Komposte auf Torfbasis in Erwägung. Bis dahin wäre es sinnvoll, so weit wie möglich „torffreien“ Kompost zu kaufen, denn sogar Allzweck-Kompost enthält zwischen 70% und 100% Torf. Am besten ist es jedoch, eigenen Kompost zu produzieren. Es gibt keine effizientere Nutzung der eigenen Ressourcen als die Kompostierung von Nahrungsmittelresten und Gartenabfällen und die anschließende Verwendung als Dünger für den Anbau weiterer Pflanzen.



Würstchen

Wie häufig isst du Fleisch?

Wer weniger Fleisch isst, schont die Umwelt. Das ist eine unbestrittene Tatsache. Aber weißt du auch, warum? Es wird nicht nur Land für die Viehzucht benötigt, sondern auch für den Anbau von Feldfrüchten zur Fütterung des Viehs. Eines dieser Futtermittel ist Soja, deren Produktion sich im Laufe der letzten 15 Jahre größtenteils aufgrund des steigenden Futtermittelbedarfs verdoppelt hat. Dies geht oftmals zu Lasten natürlicher Lebensräume, wie zum Beispiel der brasilianischen Cerrado (eine weite tropische Savanne, die 5% der weltweiten Artenvielfalt beherbergt). Zudem ist die Viehzucht aufgrund der damit zusammenhängenden Methanproduktion einer der maßgeblichen Verursacher des Treibhauseffekts. Etwa 8% des weltweiten Wasserverbrauchs geht in die Viehzucht. Je mehr die Weltbevölkerung insbesondere in den Schwellenländern zunimmt und desto stärker die Fleischnachfrage dort steigt, desto mehr werden sich diese Belastungen verschärfen. Was können wir also dagegen tun? Es ist zwar nicht gerade so, dass wir alle Vegetarier werden müssen. Aber es wäre ein Anfang, wenn wir etwas weniger Fleisch essen würden, indem wir bestimmte Gerichte fleischlos abwandeln. Bereite doch mal eine Spaghettisoße mit frischen Tomaten und Pilzen zu, statt wie üblich Hack zu verwenden. Vor allem geht es darum, kein Fleisch zu verschwenden. Wenn du Fleisch wegwirfst, landet all die kostbare Energie und auch das Wasser, das für die Fleischproduktion nötig war, im Abfall.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Mineralien

Wir sind von Mineralien umgeben. Sie sind in Haushaltsgeräten, Mobiltelefonen und Schmuck enthalten. Aber der Abbau von Mineralien kommt sowohl Menschen (durch die Ausbeutung von Arbeitskraft) als auch die Umwelt (durch die Verschmutzung der Wasservorkommen) teuer zu stehen. Wir spielen eine entscheidende Rolle, wenn es darum geht, die Folgen des Mineralienabbaus zu minimieren: Indem wir verantwortungsbewusst einkaufen und Gegenstände nur dann durch neue ersetzen, wenn das auch wirklich nötig ist.

Mobiltelefon

Wusstest du, dass dein altes Mobiltelefon wertvoll ist?

Die Mobilfunktechnik ändert sich rasend schnell. Wenn du zu Weihnachten ein neues Mobiltelefon bekommst, kann es im nächsten Sommer schon veraltet sein. Und bei so vielen neuen Modellen ist es verlockend, alle zwei Jahre ein neues zu kaufen. Und tatsächlich tun viele Leute genau das: 750 Millionen Mobiltelefonbesitzer in Europa wechseln durchschnittlich alle 18 Monate ihr Mobiltelefon. Das gibt es nur bei Mobiltelefonen: Kein anderes elektronisches Gerät hat eine derart hohe Austauschrate. Was sind die Gründe dafür? Ist das mit dem Nachhaltigkeitsgedanken vereinbar? Manchmal braucht man ein neues Telefon, weil das alte beschädigt ist oder nicht mehr funktioniert. Oft aber geht es nur um die modernste Technik. Wenn du das neueste Modell möchtest, denke an die Ressourcen, die für die Herstellung benötigt werden. Vielleicht kannst du dein altes Telefon ja doch noch ein weiteres Jahr benutzen! Neue Mobiltelefone enthalten Edelmetalle wie Gold, Kupfer, Silber und Platin sowie zahlreiche seltene Erden. Wenn du doch ein neues Telefon möchtest, solltest du dein altes verantwortungsvoll entsorgen. Gib es einem Freund, verkaufe es oder führe es dem Recycling zu. Lass es nicht nur in der Schublade liegen.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Wecker

Du verwendest so viele Batterien - beunruhigt dich das nicht?

Batterien sind ein unverzichtbarer Bestandteil des modernen Lebensstils geworden. Aber ihre Produktion, Verwendung und Entsorgung schaden der Umwelt und so müssen wir sie effizienter einsetzen. Das in Batterien enthaltene Quecksilber, Blei und Kadmium kann ins Erdreich gelangen, wenn Batterien auf Mülldeponien entsorgt werden, und die Müllverbrennung trägt noch zusätzlich zum Ausstoß von Treibhausgasen bei. Alle Batterien können recycelt werden: Die Standardbatterien in Weckern genauso wie die Spezialakkus in Mobiltelefonen, Kameras oder Uhren. Durch Recycling werden Tausende Tonnen Metall wiedergewonnen. Es kann der Produktion neuer Batterien zugeführt werden. Vor kurzem wurde eine EU-Richtlinie erlassen, um das Recycling von Batterien in größerem Umfang zu fördern. Deshalb findest du auch im Supermarkt in deiner Nähe Spezialbehälter, in denen du deine Batterien sicher und verantwortungsvoll entsorgen kannst. Der Kauf aufladbarer Akkus spart langfristig auch Geld.

Dosen im Kühlschrank

Wohin geht all das Aluminium?

Es gibt einen guten Grund dafür, dass in so vielen Alltagsgegenständen – von Getränkedosen über CDs und Fahrradrahmen bis hin zu Uhren – Aluminium enthalten ist. Aluminium ist nicht nur das am häufigsten vorkommende Metall auf der Erde, es ist auch eines der energieeffizientesten. Aluminium ist leicht, langlebig, strapazierfähig und einfach zu recyceln. Tatsächlich ist 95% weniger Energie nötig, um aus Alt-Aluminium ein neues Produkt zu fertigen, als wenn dieses Produkt aus Primärrohstoffen hergestellt würde. Aluminium ist eines der am häufigsten recycelten Materialien in Europa. Gib dir also Mühe, so viel Abfall wie möglich dem Recycling zuzuführen – nicht nur offensichtliche Dinge wie Konserven und Getränkedosen, sondern auch Computer, Waschmaschinen und Handys. Du kannst dir sicher sein, dass auch sie Aluminium enthalten.



GENERATION
AWAKE

DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Wald/Holz

Von Betten über Bücher bis hin zu Parkbänken – Holz ist die Grundlage vieler Produkte, die für uns selbstverständlich sind. Doch Abholzung hat ernstzunehmende Folgen für die Umwelt und die Gesellschaft. Nur wenn wir Holz aus nachhaltig bewirtschafteten Beständen beziehen, können wir mit einem ruhigen Gewissen einkaufen.

Sofa

Hat die Qualität deiner Lieblings-Sitzgelegenheit Auswirkungen auf den Planeten?

Ja, hat sie. Viele Produkte erscheinen auf den ersten Blick günstig – also kaufen wir sie und machen uns keine Gedanken darüber, ob wir sie ein paar Jahre später wegwerfen, wenn Sie kaputt sind oder wir uns daran satt gesehen haben. Eine optimale Nutzung von Ressourcen ist das nicht. Viele Ressourcen werden seit langem günstig angeboten, sodass wir annehmen, dass sie massenhaft vorhanden sind oder zumindest nicht als knappe Güter gelten. Allerdings spiegelt ihr Preis nicht ihren tatsächlichen Wert oder die künftige Knappheit wider. Zur Herstellung von Möbeln werden zahlreiche Ressourcen gebraucht. Wenn du also eine neue Anschaffung tätigen möchtest, mache dir darüber Gedanken, wie lange das Produkt halten wird. Berücksichtige dabei, ob dein Stuhl nachhaltig hergestellt wurde und ob er dir auch in zwei Jahren noch gefallen wird, wenn neue Modelle auf den Markt kommen. Du wirst es dir vermutlich gründlicher überlegen, dich davon zu trennen, wenn du ein langlebiges Produkt gekauft hast. Und warum reparieren wir nicht defekte Produkte anstatt sie einfach auszutauschen? Der Grund ist, dass wir an alten Gewohnheiten festhalten, die entstanden sind, als Ressourcen und Ökosysteme nicht bedroht waren und wir animiert wurden zu konsumieren. Kaputte Möbelstücke können einfacher zu reparieren sein, als du denkst. Du solltest auch die Wiederverwendbarkeit und -verwertbarkeit der Materialien berücksichtigen. Massives Holz kann vollständig wiederverwendet, recycelt oder verbrannt werden, und selbst wenn es entsorgt wird, ist es immer noch komplett biologisch abbaubar.

Taschentücher

Wie sähe die Welt aus, wenn die Wälder so schnell verschwinden würden wie deine Taschentücher?

Obwohl Einwegpapierprodukte aus recyceltem Papier hergestellt werden können, werden hierfür oftmals Frischfasern verwendet, d. h. Holz, das extra für die Papierproduktion geerntet wird. Versuche nach Möglichkeit, Produkte zu kaufen, die aus recycelten Fasern gefertigt werden, da die Herstellung weitaus weniger Energie erfordert und Bäume rettet. Wenn vollständig recycelte Produkte nicht verfügbar sind, kannst du an den FSC- (Forest Stewardship Council) oder PEFC-Logos (Programme for the Endorsement of Forest Certification) erkennen, ob ein bestimmter Prozentsatz der Frischfasern in dem Produkt aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern stammt. Eine weitere zuverlässige Garantie für den Kauf des richtigen Produkts ist das europäische Umweltzeichen mit dem Blumen-Logo.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Bett

Du verbringst ein Drittel deines Lebens im Bett. Weißt du aber, woher das Holz stammt?

Natürlich werden nicht alle Betten aus Holz hergestellt. Sie können auch aus Metall oder synthetischen Materialien bestehen (frag beispielsweise nach recyceltem Stahl). Holz hat jedoch zwei wichtige Vorteile: Es ist eine erneuerbare und biologisch abbaubare Ressource. Bei der Herstellung werden weniger Treibhausgase emittiert als bei alternativen Materialien. Aber das macht ein Bett aus Holz nicht unbedingt zu einem natürlich nachhaltigen Produkt. Alle Holzerzeugnisse und Produkte aus Papier stammen aus Wäldern. Obwohl ein Großteil unseres Holzes aus vorbildlich bewirtschafteten Wäldern stammt, ist dies nicht immer der Fall. Illegaler Holzeinschlag stellt immer noch ein ernst zu nehmendes Problem dar und ist einer der Hauptverursacher von Kohlenstoffemissionen sowie der Verdrängung von Gemeinden und der Zerstörung natürlicher Lebensräume. Wie kannst du also sicher sein, dass du ein Produkt wählst, das nachhaltig hergestellt wurde, ohne dabei den Menschen oder Tieren zu schaden? Achte beim Kauf von Holzprodukten auf die FSC- (Forest Stewardship Council) oder PEFC-Logos (Programme for the Endorsement of Forest Certification), die bestätigen, dass das Holz aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern stammt. Warum auch nicht einmal gebrauchte Möbel in Betracht ziehen? So kannst du Geld sparen und hast einen Beitrag zum Umweltschutz geleistet!



Küchenpapier (Rolle)

Ist Saubermachen unweigerlich mit zusätzlichem Abfall verbunden?

Eine Küchenrolle ist ein nützliches, vielseitiges Produkt. Versuche aber, die Küchenrolle effizient einzusetzen. Festeres Küchenpapier kostet mitunter etwas mehr, dafür brauchst du weniger davon. Rufe dir in Erinnerung, wie das Produkt hergestellt wurde. Einige Produkte sind nun mit dem EU-Umweltzeichen versehen, was auf eine umweltschonende Herstellung schließen lässt. Und wenn du es wegwirfst, bedenke, dass du es kompostieren kannst, wenn es nicht mit gefährlichen Chemikalien in Berührung gekommen ist.



GENERATION
AWAKE

DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Biodiversität

Die sich ständig verändernde Vielfalt der Lebensformen, auch als Biodiversität bezeichnet, ist für die Gesundheit von Ökosystemen und das Überleben der Arten unverzichtbar. Wir sind bei Nahrung, Freizeit, Bodenfruchtbarkeit, Wasser- und Kohlenstoffspeicherung auf Biodiversität angewiesen. Ihre Reichhaltigkeit bereitet Freude und bietet zahlreiche Freizeitmöglichkeiten. Aber wenn wir durch die Rodung der Wälder oder das Überfischen der Meere die Natur für kurzfristigen Nutzen ausbeuten, entstehen der Gesellschaft langfristig Kosten. Zur Erhaltung der Biodiversität müssen wir etwas für die Natur tun und die umweltverträglichsten und am wenigsten schädlichen Produkte und Dienstleistungen wählen.



Kräuter

Kann ich Kräuter auch ohne Garten anpflanzen?

Die richtigen Kräuter runden als raffinierte Zutat ein gutes Essen ab. Aber abgepackte Kräuter sind in Geschäften oft teuer. Wir verwenden vielleicht nur wenig für ein Gericht und werfen den Rest dann weg. Wenn dir das bekannt vorkommt, warum ziehst du dir nicht eigene Kräuter? Kräuter selbst anzubauen, ist eine tolle Methode, um Ressourcen zu schonen. Das Trocknen, Verpacken und Transportieren von Kräutern verbraucht sehr viel Energie. Diese Energie sparst du, wenn du Kräuter selbst ziehst. Dafür brauchst du nicht einmal einen Garten! Sonnige Fensterbänke eignen sich ideal für Schnittlauch, Minze, Basilikum, Petersilie, Salbei und Thymian (und natürlich auch für Paprikaschoten, Kirschtomaten und Chilischoten). Aber du musst dich um deine Pflanzen kümmern. Durch Zurückschneiden und häufiges Ausbrechen lässt sich buschiger Wuchs erzielen. Wenn möglich, setze die Pflanzen in torffreie Komposterde. Im Handumdrehen hast du selbstgezoogene Kräuter für deine hausgemachte Tomatenspezialsoße.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED! DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Gemüsebox

Kann ich gesunde Nahrungsmittel aus nachhaltigen Quellen direkt zu mir nach Hause bekommen?

Wenn dir Einkaufen zu mühsam ist, gibt es eine gute Option: Du kannst dir deine Lebensmittel direkt nach Hause liefern lassen und tust damit noch Gutes für die Umwelt. Nicht nur Supermärkte haben einen Lieferservice. Auch viele kleine Betriebe vor Ort bieten so genannte Gemüseboxen an und liefern Obst und Gemüse direkt nach Hause. Dieses „Boxen-System“ hat viele Vorteile. Du unterstützt lokale Bauern und reduzierst den Fahrtaufwand. Du musst nicht mehr in die Geschäfte fahren und reduzierst den Kohlendioxidausstoß. Außerdem sind die Lebensmittel garantiert frisch. Um bei diesem System auch ein Höchstmaß an Umweltfreundlichkeit sicherzustellen, solltest du dich vergewissern, dass lokal produzierte Lebensmittel und Früchte und Gemüse der Saison angeboten werden und außerdem zuverlässige Anbieter wählen, die dir genau sagen, wann du welche Produkte von ihnen bekommst. Wähle Produzenten, die Bio-Gemüse aus ökologischem Anbau liefern, da hier weniger Chemikalien und Düngemittel eingesetzt werden. Gemüseboxen-Anbieter fügen ihren Produkten oft auch Rezeptvorschläge als Anregung hinzu. Der Verzehr von mehr Gemüse und weniger Fleisch ist auf zweifache Weise nutzbringend – er schützt die Ressourcen und die Gesundheit. Noch ein Tipp zum Schluss: Nimm bei der ersten Bestellung eine kleinere Gemüsebox, damit keine Lebensmittel verschwendet werden.



Pflanzen

Sorgen Pflanzen für gute Raumluft?

Zimmerpflanzen sind ein Stück Natur zu Hause. Aber wusstest du auch, dass sie natürliche Luftfilter sind und auch Erkältungen fernhalten? Laut einer Studie der NASA bauen Pflanzen in 24 Stunden bis zu 87% der flüchtigen organischen Verbindungen ab, die in von Menschen hergestellten Fasern, Plastiktüten, Farben, Tinten und im Zigarettenrauch enthalten sind. Die Pflanzen leiten die Giftstoffe ins Erdreich, wo sie von Organismen in Nahrung für die Pflanzen umgewandelt werden. Anstatt dein Heim mit Schadstoffen zu verpesten, indem du chemische Luftfrischer aussprühst, die üble Gerüche eher überdecken statt sie zu beseitigen, lass Zimmerpflanzen die Luft reinigen. Sie absorbieren gleichzeitig Kohlendioxid und setzen im Laufe des Tages Sauerstoff frei – das Gegenteil von dem, was wir beim Atmen tun. Sie erhöhen also den Sauerstoffgehalt in einem Zimmer. Aber nicht nur das: Indem sie den Großteil des absorbierten Wassers in die Luft freisetzen, schaffen sie in geschlossenen Räumen eine angenehme Luftfeuchtigkeit, wodurch Husten, Erkältungen, Halsschmerzen und trockener Haut vorgebeugt werden kann. Achte beim Kauf von Zimmerpflanzen darauf, wie viel Licht die Pflanzen brauchen und welche sonstigen Wachstumsbedingungen zu schaffen sind. Gieße sie auch nur, wenn die Erde an der Oberfläche trocken ist und bis die Drainage-Löcher feucht sind.



GENERATION
AWAKE

DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Blumen

Welchen Weg haben diese Blumen bis zu dir zurückgelegt?

Blumen erfrischen und verschönern eine Wohnung auf natürliche Weise. Aber sie haben auch beträchtliche Folgen für die Umwelt. Viele der Blumen, die wir Jahr für Jahr in Europa kaufen, werden aus Ländern importiert, in denen Wasserknappheit herrscht. Das kostbare Gut Wasser wurde dort zur Blumenzucht eingesetzt. Natürlich erwirtschaftet Blumenzucht für Entwicklungsländer auch dringend benötigte Einnahmen. Es ist aber dennoch umstritten, ob in wasserarmen Gebieten der Welt anstelle von Nahrungsmitteln wirklich Blumen angebaut werden sollten. Außerdem legen Blumen und Pflanzen den langen Importweg aus Afrika per Luftfracht zurück und zur Aufzucht wurden häufig schädliche Düngemittel und Pestizide eingesetzt. Du solltest nach Möglichkeit nur Blumen aus ökologischem oder regionalem Anbau kaufen. Bei Importware solltest du Pflanzen aus zertifiziertem, fairem Handel wählen. Das bedeutet, dass die Hersteller ihren Arbeitern faire Bedingungen bieten und Geld in soziale oder ökologische Projekte investieren. Bei Blumen der Saison kannst du sicher sein, dass sie nicht unter künstlichen Bedingungen in Gewächshäusern mit viel Energie- und Wasseraufwand gezogen wurden. Noch besser ist es natürlich, Blumen selbst anzubauen. Sie verschönern nicht nur deinen Garten, sondern locken auch Bienen und Schmetterlinge an.



Bettwäsche

Wurde die Baumwolle deiner Bettwäsche mit Pestiziden behandelt?

Baumwolle ist ein Riesengeschäft. Es gibt weltweit 30 Millionen Baumwollfarmer. Auf 2,4% der landwirtschaftlichen Fläche der Welt wird Baumwolle angebaut. Wusstest du aber, dass der Baumwollanbau auch für etwa 50% aller in der Landwirtschaft eingesetzten chemischen Pestizide verantwortlich ist? Wir alle verwenden Bettwäsche. Beim Kauf solltest du allerdings darauf achten, dass die Wäsche nur minimale Folgen für die Umwelt hat. Ökologischer Anbau garantiert und verbessert die Fruchtbarkeit des Bodens und hält Grundwasser und Flüsse frei von synthetischen Chemikalien. Zur Herstellung von Baumwollprodukten wird viel Wasser benötigt. Bereits für ein T-Shirt braucht man 2 700 Liter Wasser. Wie viel verschlingt dann erst die Produktion von Bettwäsche! Achte darauf, dass deine Bettwäsche so lange wie möglich hält, bevor du sie durch neue ersetzt. Wenn du neue Wäsche kaufst, sollte sie auf lange Haltbarkeit ausgerichtet sein. Billige Stoffe verschleißeln schnell und müssen folglich bald entsorgt werden. Abgesehen davon kannst du beim Kauf von Baumwollwäsche auch die sozialen Auswirkungen berücksichtigen. Fair-Trade-Gütesiegel garantieren, dass die Baumwolle nach hohen ethischen und ökologischen Standards produziert wurde.



GENERATION
AWAKE

DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Körpermilch

Was hat ein Orang-Utan mit deiner Körperlotion zu tun?

Es sind nicht nur die chemischen Substanzen in Seife oder Duschprodukten, die sich auf die Umwelt auswirken. Wusstest du zum Beispiel, dass deine Wahl eines bestimmten Duschgels oder einer Körperlotion direkte Folgen für die Abholzung von Wäldern auf der entgegengesetzten Seite des Globus hat? Palmöl ist in zahlreichen Produkten enthalten, z. B. in Kosmetika und Nahrungsmitteln, die dadurch cremiger werden. Ölpalmen wachsen aber nur in Tropenländern wie Malaysia und Indonesien.

Der wachsende Bedarf an Palmöl bedeutet, dass weite Teile der Regenwälder dieser Länder abgeholzt und große Torflandschaften entwässert werden, um Platz für neue Palmenplantagen zu schaffen. Dies begünstigt nicht nur den Klimawandel, sondern beschleunigt auch die Zerstörung des natürlichen Lebensraums bedrohter Tierarten, wie Orang-Utan und Sumatratiger, und erfordert die Umsiedelung Einheimischer, die auf den Regenwald als Nahrungsquelle und Obdach angewiesen sind. Gegenwärtig dürfen Hersteller Palmöl als „pflanzliches Öl“ deklarieren, ohne den Palmölanteil gesondert auf der Verpackung anzugeben. Achte beim Produktkauf darauf, dass das enthaltene Palmöl aus nachhaltiger Forstwirtschaft stammt und das Produkt zertifiziert ist. Dadurch kannst du die Verknüpfung von Palmölgebrauch und Abholzung durchbrechen und Druck auf Unternehmen ausüben, damit diese sich für nachhaltige Palmölproduktion engagieren.



Kaffee

Wie wär's mit 140 Litern Wasser zum Frühstück?

Für viele von uns gehört eine Tasse Kaffee oder Tee am Morgen einfach dazu, aber beide Produkte erfordern enorme Ressourcen. Energie und Wasser werden in jeder Phase der Versorgungskette benötigt, von Produktion und Transport bis hin zur Verarbeitung und zum Verbrauch. Außerdem sind in dieser „Umweltrechnung“ auch noch Milch und Zucker zu berücksichtigen. Kaffee- und Teehersteller entwickeln immer mehr ein Bewusstsein dafür, wie wichtig es ist, noch über viele Jahre hinweg die Kaffee- und Teeproduktion zu sichern. Daher bemühen sie sich um Nachhaltigkeitsprogramme (wie die Rainforest Alliance, Fairtrade und Utz Certified), um den Verbrauchern den Nachweis ihrer guten Praktiken zu liefern. Diese Programme unterscheiden sich voneinander, beruhen aber auf demselben Prinzip: soziale, ökologische und wirtschaftliche Nachhaltigkeitsstandards für die Produktion von Tee und Kaffee zu schaffen. Kaufe, wenn möglich, immer Produkte mit den Logos dieser Programme. Das gibt dir die Sicherheit, dass das Produkt nach diesen Standards hergestellt wurde. Ach ja, noch etwas: Du kaufst regelmäßig Kaffee zum Mitnehmen? Dann bring doch deine eigene Tasse mit!



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED! DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Reinigungsmittel

Wie ergiebig sind deine Reinigungsmittel?

Die Nachhaltigkeit eines Produkts lässt sich vor allem daran erkennen, wie oft es erneuert werden muss. Reinigungsprodukte sind ein gutes Beispiel, wie der Umgang mit Ressourcen optimiert werden kann. Viele Reinigungsprodukte, von Waschmitteln bis hin zu Fensterreinigern, sind inzwischen als Konzentrate erhältlich. Das heißt, dass eine kleinere Menge des Produkts dieselbe Reinigungswirkung erzielt wie die nicht konzentrierte Form. Für kleinere Flaschen braucht man weniger Plastik. Das bedeutet wiederum, dass weniger Treibstoff für den Transport benötigt wird und weniger Verpackungsabfall anfällt und recycelt werden muss. Der Kniff beim Gebrauch von Produktkonzentraten besteht darin, genau die richtige Menge zu verwenden. Lies den Produktaufdruck sorgfältig durch. Ansonsten machst du die Anstrengungen zunichte, die zur Verbesserung der Ergiebigkeit geleistet wurden.



Fisch

Bedeutet nachhaltige Fischzucht, dass du für den Rest deines Lebens Fisch essen kannst?

„Das Meer ist voller Fische.“ Diese Aussage kann man heute in Frage stellen. Zwar sind Fischbestände ein Allgemeingut, aber wir gehen mit dieser Ressource nicht nachhaltig um. In weiten Teilen der europäischen Gewässer sind mehr als 70% der bekannten Bestände überfischt. Die EU hat vor Kurzem ihre Fischereirichtlinien reformiert, um bei den Beständen wieder ein nachhaltigkeitsfähiges Niveau zu erzielen. Bis dieses Ziel erreicht ist, können wir als Verbraucher unseren Teil zur Erhaltung der Bestände beitragen. Achte beim Fischkauf auf Umweltsiegel wie das des MSC (Marine Stewardship Council). Es zeigt, dass es sich um Fisch aus nachhaltiger Fischerei handelt. Und wie wär's mit etwas Abwechslung? Die beliebtesten Fischarten, wie Kabeljau, Schellfisch, Garnelen und Thunfisch (insbesondere der Blauflossenthun), gehören zu den am meisten überfischten Arten. Und die Bestände erneuern sich nur langsam. Alternativen wie Weißfisch, z. B. Seelachs und Köhler, schmecken genauso gut wie Kabeljau und Schellfisch und sind oft auch günstiger. Auch Bio-Fisch von zertifizierten Fischfarmen ist eine Möglichkeit. Aktuell sind nur organisch gezüchtete Lachse und Forellen erhältlich, aber andere Arten, wie Kabeljau, Heilbutt und Wolfsbarsch, könnten schon bald verfügbar sein.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Honig

Wusstest du, dass fleißige Bienen für uns arbeiten?

Viel Mühe, Energie und Zeitaufwand ist nötig, um die Nahrungsmittel zu produzieren, die wir Woche für Woche einkaufen. Einen Großteil dieses Aufwands leisten Bienen. Bienen produzieren nicht nur Honig. Sie bestäuben vor allem auch viele andere Kulturpflanzen. Tatsächlich sind 80% unserer Nahrungspflanzen von der Bestäubung durch Insekten abhängig. Bienenvölker nehmen in vielen Ländern ab. Das liegt an der Umweltverschmutzung, dem Einsatz von Schädlingsbekämpfungsmitteln in der Landwirtschaft, an Krankheiten und einem veränderten Lebensraum. Du kannst die Zunahme der Bienenpopulation unterstützen, indem du in deinem Garten ein bestäubungsfreundliches Umfeld schaffst. Die meisten Vertreter der Pflanzenfamilien der Rosengewächse, Minze, Schmetterlingsblütler und Astern sind dafür bestens geeignet. Selbstverständlich kannst du auch selbst Bienen züchten. Es ist viel einfacher als es klingt. Du brauchst keine teure Ausstattung. Das allermeiste kannst du selbst herstellen.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Abfall

Wenn wir ein Produkt verschwenden, verschwenden wir damit auch jede Ressource, die im Lauf seines ganzen Lebenszyklus eingesetzt wurde - von der Produktion bis zur Entsorgung. Stell dir die Folgen dieser verlorenen Ressourcen für die Umwelt vor und überlege lieber zweimal, bevor du etwas wegwirfst.



Getränke

Lebensmittelverschwendung ist schlecht. Und die Verschwendung von Getränken?

Wenn wir von Abfällen sprechen, sind damit nicht nur Nahrungsmittel gemeint - denke dabei auch an die Getränke, die wir tagtäglich in den Abfluss gießen. Jedes Mal, wenn du ein Getränk wegschüttest, wird nicht nur die Flüssigkeit selbst verschwendet. Auch weitere Ressourcen zur Herstellung des Getränks werden vergeudet, wie das Wasser und die Energie zum Anbau der Feldfrucht, zur Reinigung der Produktionsstätte und zur Klärung des entsorgten Getränks im Abwasser. Wie bei den Nahrungsmitteln können wir mit einigen einfachen Methoden die Menge der entsorgten Getränke reduzieren. Bereite nur die Getränke zu, die du wahrscheinlich auch trinken wirst, insbesondere bei Tee und Kaffee, bei deren Herstellung viele Ressourcen eingesetzt werden. Kaufe Konzentrate/lösliche Produkte, da hierfür weniger Verpackung notwendig ist und sie länger halten als nicht konzentrierte/lösliche Getränke. Versuche auch, Produkte aufzubrauchen, die das Haltbarkeitsdatum überschritten haben: Bereite deine Soße beispielsweise mit übrig gebliebenem Rotwein, überreifen Tomaten und Kräutern aus eigenem Anbau zu.



Obstkorb

Wie weit ist diese Ananas in deinem Obstkorb gereist?

Es heißt, man soll fünf Portionen Obst und Gemüse am Tag essen. Doch die Entscheidung, zu welchen Obstsorten man greifen sollte, kann einem viel Kopfzerbrechen bereiten. Die Ernährungsgesellschaften sind sich da immer noch nicht einig. Tatsächlich ist die Strecke, die Obst und Gemüse bis auf den Teller zurücklegen müssen, weniger wichtig, als wir vielleicht annehmen. Die Ansicht, dass die so genannten „Food Miles“ einen starken Einfluss auf die Umwelt haben, ist weit verbreitet. Da Obst und Gemüse per Flugzeug verfrachtet werden, trägt ihr Transport selbstverständlich zur Kohlenstoffemission bei. Doch zu bestimmten Jahreszeiten belasten importierte Früchte die Umwelt sogar weniger als vor Ort gezüchtete Früchte, die beispielsweise in Gewächshäusern herangezogen werden. Letztendlich müssen wir alle mehr Obst und Gemüse essen. Und generell kann man sagen, dass Obst die Umwelt weniger belastet als andere Lebensmittel wie Milchprodukte, Nudeln und Fleisch. Mach dir also nicht allzu viele Gedanken über



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED! DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Obst. Doch wenn du die Wahl hast, entscheide dich für lokales, saisonales Obst, das möglichst aus biologischem Anbau stammt. Halte außerdem Ausschau nach Produkten mit den Labels „Fairtrade“ oder „Rainforest Alliance“. Dann kannst du dir sicher sein, dass die Produkte nach hohen Ethik- und Umweltstandards angebaut wurden.



Faule Tomaten

Muss es erst soweit kommen, dass Tomaten verfaulen und entsorgt werden müssen?

Nahrungsmittel im Mülleimer zu entsorgen, ist alles andere als umweltfreundlich. Denk nur an die Ressourcen, die für den Anbau, die Verpackung, den Transport und die Lagerung von Nahrungsmitteln verwendet werden, die schließlich in deinem Kühlschrank landen. Führe dir vor Augen, dass auch Wasser und Energie vergeudet werden, wenn du Nahrungsmittel entsorgst. Jedes Jahr schmeißen die Europäer Millionen Tonnen Nahrungsmittel weg, von denen ein großer Teil bedenkenlos verzehrt werden könnte. Untersuchungen in Schweden und Großbritannien haben ergeben, dass Haushalte schätzungsweise ein Viertel der gekauften Nahrungsmittel wegwerfen – vermutlich ist es weitaus mehr. Viele Nahrungsmittel sind noch in einwandfreiem Zustand. Wären diese verzehrt worden, würde die Kohlenstoffeinsparung einem Viertel dessen entsprechen, was Fahrzeuge ausstoßen. Du kannst ganz einfach deinen Beitrag zur Reduzierung der Nahrungsmittelverschwendung leisten. Wenn Tomaten zu matschig geworden sind, um sie roh zu essen, verwende sie doch für die Zubereitung einer Soße oder Suppe. Du brauchst dann kein Glas Fertigsoße kaufen und sparst so Geld und schonst gleichzeitig die Umwelt. Und nicht nur das: Frisch zubereitete Soßen schmecken besser und sind gesünder.



Obst-, Gemüse- und Eierschalen

Wie kannst du deine Gemüseschalen sinnvoll entsorgen?

Obst-, Gemüse- und Eierschalen können idealerweise über den heimischen Kompostbehälter entsorgt werden und als Dünger zur Verbesserung der Bodenqualität in deinem Garten verwendet werden. Eine gleichermaßen umweltfreundliche Methode zur Verwertung von unvermeidbaren Küchenabfällen ist die Wurmkompostierung. Du kannst dir deinen eigenen Wurmkomposter aus einem alten Mülleimer oder einem Pappkarton basteln. In einigen Gebieten sammeln die Kommunalbehörden Küchenabfälle und kompostieren sie in großen Anlagen oder führen sie der anaeroben Vergärung zu, bei der Mikroorganismen die Nahrungsmittel zerlegen und in Biogas verwandeln, das wiederum für die Wärme- und Stromerzeugung verwendet werden kann. Achte darauf, nur die richtigen Abfallsorten zu kompostieren. Ansonsten verunreinigst du deinen Komposter mit Verpackungsabfällen.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Wochenmenü auf dem Kühlschrank

Weißt du, wie du beim Einkaufen Geld sparen kannst?

Jedes Jahr werfen wir enorme Mengen an gekauften Nahrungsmitteln weg, von denen ein Großteil noch genießbar wäre. Um weniger Nahrungsmittel wegzuworfen, solltest du am besten genau planen, was du essen wirst. Überprüfe vor dem Einkaufen zunächst, was du bereits zu Hause vorrätig hast. So verhinderst du, dass du etwas doppelt kaufst. Darüber hinaus empfiehlt es sich aufzulisten, welche Mahlzeiten du in der kommenden Woche zubereiten möchtest und welche Zutaten du dafür benötigst. Auf diese Weise kaufst du nur das, was du wirklich brauchst. Wenn du eine ganze Familie bekochst, bitte jeden Einzelnen, dir beim Erstellen der Liste zu helfen. Dann trifft jeder seine eigene Auswahl und du bringst die ganze Familie dazu, sich mit dem wichtigen Thema Nahrungsmittelabfälle auseinanderzusetzen.



Verpackte Äpfel

Wie viel Verpackung brauchen Äpfel tatsächlich?

Das meiste Obst ist in der eigenen natürlichen „Verpackung“ erhältlich, sodass weitere Verpackungsmaterialien selten erforderlich sind. Wenn du die Wahl hast zwischen verpackten und losen Äpfeln, denke an die Zusatzressourcen, die für die Produktion, den Transport und die Entsorgung der Verpackung eingesetzt werden. Bei verpacktem Obst musst du mitunter mehr kaufen, als du eigentlich brauchst und den Rest schließlich im Mülleimer entsorgen, wodurch du die Umweltbelastung durch die Äpfel erhöhst. Dennoch ist es eine hervorragende Idee, mehr Obst zu essen: Obst ist nicht nur gesund, sondern auch mit geringeren Auswirkungen auf die Umwelt verbunden als andere Nahrungsmittel, wie zum Beispiel Milchprodukte und Fleisch.



Kompostierer

Aus Nahrungsmittelabfällen schwarzes Gold machen

Untersuchungen haben ergeben, dass in Europa jedes Jahr 90 Millionen Tonnen Nahrungsmittel verschwendet werden – Landwirtschaft und Fischerei wurden dabei nicht mitberücksichtigt. Denke dabei nur an die Energie und die Ressourcen, die für den Anbau, die Lagerung, den Transport und die Entsorgung von Nahrungsmitteln verwendet werden, die schließlich im Mülleimer landen. Wenn du deine Nahrungsmittelabfälle kompostierst, betreibst du „Schadensbegrenzung“.

Nahrungsmittelabfälle verrotten bei Luftzufuhr. Das Ergebnis ist ein reichhaltiger Kompost, mit dessen Hilfe Pflanzen blühen und obendrein Wasser, Düngemittel und Pestizide eingespart werden können. Durch Kompost werden die Struktur und der Nährstoffgehalt des Bodens verbessert, sodass mehr Wasser gespeichert



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED! DER VERBRAUCHERLEITFADEN

werden kann. Ein fruchtbarer Boden verhindert aufgrund des komplexen Nahrungsnetzes zudem Schädlingsbefall und Pflanzenkrankheiten. Nahrungsmittelabfälle, die hingegen auf der Mülldeponie landen, geben aufgrund des Luftabschlusses Methangas frei, ein starkes Treibhausgas. Wenn die gleiche Menge Abfall kompostiert wird, wird kaum Methan freigesetzt.

Wenn du zu Hause einen Komposthaufen anlegst, hast du immer genug Bodenverbesserungsmittel, um deinen Garten und die Zimmerpflanzen gut zu versorgen. Kommunale Sammelstellen für Nahrungsmittelabfälle können die Abfälle außerdem sicher zentralisierten Recyclingsystemen wie der Kompostierung oder anaeroben Zersetzung zuführen.



Glasflaschen und -gefäße

Willst du wissen, warum Glas ein so erstklassiges Material ist?

Glas gibt es schon seit über 5 000 Jahren, aber es sieht nicht so aus, als ob es in naher Zukunft aus der Mode käme. Und das hat seine Gründe. Es ist zu 100% wiederverwendbar und unbegrenzt recycelbar. Kaufe deshalb möglichst Getränke in wiederverwendbaren Flaschen: Glasflaschen können bedenkenlos wiederverwendet werden, weil sie einerseits ihre Eigenschaften nicht verlieren und andererseits leicht zu reinigen sind. Entscheide dich für Pfandflaschen, wenn dies in deiner Region möglich ist. Dann erhältst du eine kleine Rückerstattung für bestimmte leere Glasflaschen, die du in den Einzelhandel zurückbringst. Die Flaschen gehen dann an den Hersteller zurück, wo sie wiederverwendet werden. Dadurch zahlst du nur für den Flascheninhalt – nicht für die Verpackung. Glasflaschen und -gefäße lassen sich alternativ prima als Trinkbecher, Kerzenständer oder Bleistifthalter verwenden. Ganz Kreative können sie auch zu stilvollen Kleiderständern, Lampen oder Glasflaschen-Kronleuchtern umfunktionieren. Natürlich kannst du alte Gläser und Flaschen auch jemand anderem geben. Wenn du Glas dem Recycling zuführst, denke an die Treibhausgasemissionen, die durch deine Mitwirkung verringert werden können: Die Energie, die durch das Recyclen einer einzigen Flasche gespart wird, reicht aus, um einen Fernseher 20 Minuten lang laufen zu lassen.



Kaputter PC

Versteckte Schätze zu Hause

Wusstest du, dass Computerleiterplatten und Mobiltelefone Edelmetalle wie Silber und Gold enthalten? Oder dass Bergbauunternehmen eine Tonne Erz für ein Gramm Gold bewegen müssen, während die gleiche Menge des Edelmetalls aus 41 alten Mobiltelefonen gewonnen werden könnte? Inzwischen werden jährlich 7 500 Tonnen Silber zur Herstellung von PCs, Mobiltelefonen und anderen Elektronikgeräten verwendet. Andere Metalle, die in Elektronikgeräten verbaut wurden, sind ebenfalls in hohem Maße recycelbar. Aluminium lässt sich ganz einfach schmelzen und neu gießen. Dafür sind nur 5% der Energie nötig, die für die Herstellung des Metalls aus



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED! DER VERBRAUCHERLEITFADEN

dem Rohmaterial Bauxit notwendig ist. Stahl kann auch recycelt und zu Brücken, Gleisen, Autos und Fahrrädern sowie zu Büroklammern und Konservendosen verarbeitet werden. Edelmetalle sind knappe Rohstoffe, und der Abbau schädigt die Umwelt. Dennoch werfen wir alte Geräte ohne zu überlegen einfach weg. Dieser Elektro- und Elektronikschrott – auch E-Müll genannt – stellt mit jährlichen Wachstumsraten von 3 bis 5% einen der am schnellsten wachsenden Abfallströme in Europa dar. Willst du nicht deinen alten Fernseher, PC oder dein ausgedientes Telefon verschenken, spenden oder wiederverkaufen, wenn das Gerät noch funktioniert, und so die Nutzungsdauer verlängern? Dadurch würde die Nachfrage nach dem Abbau von Rohmaterialien gesenkt, wodurch wiederum sparsam mit natürlichen Ressourcen umgegangen werden kann. Alte Geräte, die nicht mehr funktionieren, kannst du zur Überholung und Aufarbeitung an ein entsprechendes Unternehmen vor Ort schicken. Dies trägt zur Schaffung von Arbeitsplätzen in der Kreislaufwirtschaft bei und sorgt dafür, dass erschwingliche Geräte erhältlich sind. Trotz Bemühungen der EU zur Verbesserung der Sammel- und Recyclingraten werden nach wie vor große Mengen an E-Müll (illegal) ins Ausland nach Afrika oder Asien verschifft, wo sie von den Einheimischen, u. a. auch von Kindern, von Hand in ihre einzelnen Bestandteile zerlegt werden, um Altmetall wiederzuverwenden und den Rest einfach zu verbrennen, was giftige Rauchgase freisetzt, die Nahrungsmittel, den Boden und das Oberflächenwasser verschmutzen. Wenn bei dir das nächste Mal E-Müll anfällt, solltest du ihn zur entsprechenden Sammelstelle bringen. Und was spricht dagegen, bei der Kommunalbehörde zu erfragen, was mit dem gesammelten Elektroschrott genau geschieht?



Offene Farbdosen

So lassen sich Wände nicht streichen

Alte Farben, Lacke, Batterien und Heimwerkerabfälle sind gefährlich und müssen vorsichtig und sorgfältig entsorgt werden, um Verschmutzungen zu vermeiden. Beim Kauf von Farben und Lacken solltest du auf das EU-Umweltzeichen achten und davon absehen, ein Produkt mit Warnetikett zu kaufen. Das ist in vielen Ländern ein schwarzes Symbol auf einem orangefarbenen oder gelben Viereck mit einer Beschreibung der Warnung. Kaufe auch nicht zu viel – ein Großteil der gekauften Farbe wird nie verwendet und damit zu einem problematischen Abfallprodukt. Naturfarben, Farben auf Milchbasis und Kalkfarben enthalten häufig weniger schädliche Substanzen als gewöhnliche Farbe. Einige Hersteller bieten sogar recycelte Farbe an. Nicht mehr benötigte Farbreste kannst du bei der Reststoffverwertungsanlage abgeben. Übrigens sind alle Batterien recycelbar. Durch Recycling werden Tausende Tonnen Metall wiedergewonnen. Es kann der Produktion neuer Batterien zugeführt werden. Andernfalls kann das in Batterien enthaltene Quecksilber, Blei und Kadmium ins Erdreich gelangen. Es wurde eine EU-Richtlinie erlassen, um das Recycling von Batterien in größerem Umfang zu fördern. Deshalb findest du auch im Supermarkt in deiner Nähe Spezialbehälter, in denen du Batterien sicher und verantwortungsvoll entsorgen kannst. Und der Kauf aufladbarer Batterien spart langfristig auch Geld.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Zerbrochenes Eisen

Reparieren statt wegwerfen heißt die Devise!

Kaputte oder beschädigte Dinge sind einfacher zu reparieren als du denkst. Internetforen und Tutorials sind in diesem Zusammenhang eine wahre Fundgrube an Informationen und Videoanleitungen. Freunde und Familie können auch eine große Hilfe sein. Oder wende dich an Reparatur-Cafés und -läden in deiner Nähe: Davon gibt es eine ganze Menge, nur befinden sich diese Einrichtungen nicht an Hauptstraßen oder in Einkaufszentren. Sie bieten unter Umständen auch händeringend gesuchte Arbeitsplätze und Schulungen in der Gemeinde. Ist es nicht so viel besser, ein Unternehmen vor Ort zu unterstützen und zum Umweltschutz beizutragen, als ein nahezu neues Produkt einfach wegzuwerfen?

Frage den Einzelhändler beim Kauf eines neuen Produkts, welche Reparaturleistungen er anbietet, wenn es kaputt geht. Und lies Produktbeschreibungen und -beurteilungen durch, um sicherzugehen, dass du dich für ein Modell entscheidest, das wahrscheinlich lange hält.

Wenn ein Produkt seinen ursprünglichen Zweck nicht (mehr) erfüllt, kann es vielleicht anderweitig eingesetzt werden. Du kannst beispielsweise einen alten Koffer in ein Puppenhaus verwandeln, alte Bambusrohre aus dem Garten zerschneiden und als Bündel zu einem Bienenhotel umfunktionieren oder alte Polster, Kissen und Daunendecken zum Ausstopfen eines Polsterhockers oder einer Ottomane verwenden, die mit einem alten Teppich bedeckt ist. Cleverness und Kreativität sind gefragt. Und wenn du dabei feststellst, dass du Talent zum Umgestalten und Umfunktionieren hast, wäre die Eröffnung eines Onlineshops eine Option.



Alte Kleidungsstücke

Das Verschwenden von Ressourcen ist aus der Mode!

Hast du schon einmal einen Anzug für ein Vorstellungsgespräch gekauft und beim zweiten Tragen gedacht, dass er nicht mehr passt? Oder ein Kleid für einen besonderen Anlass gekauft und es nie wieder angezogen? Die Kleidungsstücke, die ungenutzt ganz hinten in deinem Kleiderschrank schlummern, erforderten bei ihrer Herstellung eine Menge Materialien und Energie. Denke also das nächste Mal beim Kauf neuer Kleidungsstücke daran, welche Ressourcen mit einfließen – der Wasser- und Energieverbrauch, mögliche Umweltverschmutzungen usw. Und frage dich, ob du das wirklich brauchst. Denke darüber nach, wie viel Geld du sparen könntest, wenn du deine Kleidung besser nutzt anstatt regelmäßig neue zu kaufen.

Warum nicht gebrauchte Kleidung in Betracht ziehen? Mit Sicherheit findest du viele fast neuwertige Kleidungsstücke zum kleinen Preis in Secondhandshops in deiner Nähe oder auf Auktionsseiten im Internet. Wenn du etwas nicht mehr anziehen möchtest, veranstalte doch eine Tauschparty mit Freunden und Kollegen und du hast Spaß beim Kleidertausch. Oder spende deine Kleidungsstücke über Webplattformen oder an eine



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED! DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Wohltätigkeitsorganisation. Eine kürzlich durchgeführte Studie in Großbritannien hat ergeben, dass wir 10% unseres Geldes, das wir für neue Kleidungsstücke ausgeben, zum Ausleihen hochwertiger Artikel, wie beispielsweise Anzüge und Kleider, aufwenden könnten und so jährlich 1,7 Millionen Tonnen Kohlendioxid einsparen würden. Vielleicht wäre dies eine Option, wenn du das nächste Mal eine Einladung zu einem besonderen Anlass erhältst?



Mülleimer (Restmüll)

Wie leicht ist er denn?

Durchschnittlich wird nur 40% des in Europa anfallenden Hausmülls wiederverwendet oder recycelt. In einigen Ländern landen immer noch 80% auf der Deponie. Und das ist völlig verrückt: Wir werfen Materialien, die nach wie vor wertvoll sind, einfach in den Mülleimer, verschwenden dabei Geld, Energie und natürliche Ressourcen – Wasser, Metalle, Mineralien, Boden und Pflanzen –, die in die Erstproduktion einfließen. Da jeder Bürger Europas im Durchschnitt gegenwärtig etwa eine halbe Tonne an Hausmüll produziert, werden sehr viele Stoffe verschwendet. Bei der grünen Wirtschaft geht es daher darum, Abfälle in eine Ressource zu verwandeln. Alles lässt sich wiederverwenden, recyceln oder kompostieren, es ist lediglich eine Frage des ordentlichen Sortierens und einer richtigen Abfallbewirtschaftung. Und das fängt bei dir zu Hause an, indem du so wenig wie möglich in den Mülleimer wirfst. Dies ist der erste Schritt in Richtung einer abfallfreien Gesellschaft. Selbstverständlich sind Innovationen im Bereich Produktgestaltung, Fertigung und Abfallbewirtschaftung notwendig, damit dieses Ziel irgendwann verwirklicht wird. Doch wir können alle zum Gelingen beitragen, indem wir nur das kaufen, was wir brauchen, wiederverwendbare Produkte einkaufen, Kaputttes reparieren, Reste aufbrauchen, bevor sie schlecht werden, auf unnötige Verpackungen verzichten, nicht mehr benötigte Dinge verkaufen oder weggeben, aktiv zu Hause und bei der Arbeit Müll sortieren und Freunden und Familie dazu Tipps geben.



Mülleimer (Papier- und Kartonabfälle)

Nutzt du die Verwendungsmöglichkeiten von Baumholz voll und ganz?

Vermeide Papierabfälle, indem du deinen Lieblingshändler und das Reisebüro deines Vertrauens bittest, dir statt umfangreicher Kataloge und Broschüren per Post, Newsletter und Neuigkeiten per E-Mail zu schicken. Außerdem solltest du zugunsten von elektronischen Rechnungen auf Papierrechnungen verzichten. Gehe lieber in eine Bibliothek in deiner Nähe, als ein neues Buch zu kaufen, das du nur einmal lesen wirst. Tausche Bücher mit Freunden oder gehe in „Tauschläden“ (in einigen Cafés stehen Regale, aus denen man sich Bücher nehmen kann). Vergiss nicht, einen Aufkleber mit der Aufschrift „Bitte keine Werbung einwerfen“ an deinem Briefkasten anzubringen.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED! DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Wirf Papier nicht einfach weg. Denn theoretisch lässt es sich bis zu sechs oder sieben Mal recyceln. Doch selbst in Europa, das auf dem Gebiet des Recycling weltweit führend ist, geschieht dies nur drei bis vier Mal. Dennoch verwendet die europäische Papierindustrie heutzutage mehr Altpapier als Holzstoff als Rohmaterial und mischt recycelte und neue Fasern in größtmöglichem Umfang zusammen, um natürliche Ressourcen und Energie zu sparen: Es ist 70% weniger Energie erforderlich, um Papier zu recyceln als es aus neuen Rohstoffen herzustellen. Selbst mit Essensresten verschmutztes Papier kann recycelt werden. Allerdings kommt es nicht in diesen Mülleimer. Wirf es auf den Kompost oder benutze es, um Nahrungsmittelabfälle zu sammeln.



Mülleimer (Plastikabfälle)

Was für einen stilvollen ehemaligen Joghurtbecher du da trägst!

Kunststoff ist günstig, leicht und robust. Daher ist es nicht verwunderlich, dass die weltweite Kunststoffproduktion von jährlich 1,5 Millionen Tonnen (Mt) im Jahr 1950 auf 288 Mt im Jahr 2012 anstieg, wovon 57 Mt allein auf Europa entfielen. Aber wir müssen uns jetzt einem Problem stellen: Plastikabfälle sind überall und brauchen bis zu 500 Jahre, bis sie abgebaut werden. Plastikabfälle können recycelt werden, doch geschieht dies in Europa gerade einmal mit knapp einem Viertel der gesammelten Abfälle. Kunststoffe können eingeschmolzen und zu neuen Produkten wie Flaschen, Stiften, Gartenmöbeln oder Wasserbottichen verarbeitet werden. Es besteht auch die Möglichkeit, den Kunststoff zu schreddern und als Polyester für Kleidungsstücke zu verwenden: Für ein Fleece-Oberteil für Erwachsene werden 25 2-Liter-Plastikflaschen benötigt. Leider wird nach wie vor fast die Hälfte der in Europa anfallenden Plastikabfälle auf einer Deponie entsorgt. Doch dabei handelt es sich weder um Recycling noch um Verwertung. Auf jeden Fall ist es wichtig, Plastikabfälle separat zu sammeln. Doch vorrangig sollte das Müllaufkommen verringert werden.



Plastikflaschen

Solltest du nicht lieber Öl in einer größeren Plastikflasche kaufen?

Wusstest du, dass bei der Kunststoffherstellung enorm viele fossile Brennstoffe verbraucht werden, und zwar etwa 8% der weltweiten Ölförderung laut den meisten Schätzungen? Stell es dir einmal so vor: Für eine einzige 1-Liter-Wasserflasche muss ein Viertelliter Öl verwendet werden. Da werden ganz schön viele natürliche Ressourcen für einen Wegwerfartikel benötigt. Ganz zu schweigen von der Energie für den Transport, die Vermarktung und die Entsorgung der Flasche. Tatsache ist, dass es in den meisten Teilen Europas völlig in Ordnung und vor allem viel günstiger ist, Leitungswasser zu trinken. Und wer den Geschmack nicht mag, kann eine Filterkanne verwenden. Wenn du Plastikflaschen kaufst, dann nimm lieber eine große anstatt einer Packung mit mehreren kleinen Flaschen. Und vergiss nicht, sie zu recyceln: Die meisten Gemeinden haben Sammelsysteme für Plastikflaschen eingerichtet bzw. sind spätestens 2015 gesetzlich dazu verpflichtet.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Schnorchel und Maske

Möchtest du in einer Plastiksuppe schwimmen?

Bei einer Strand- oder Flussreinigungsaktion geht es nicht einfach nur darum, unansehnlichen Abfall aufzusammeln. So können auch Leben gerettet werden. Jedes Jahr gelangen Millionen von Tonnen Müll in die Meere. Plastik stellt dabei ein besonders ernstes Problem dar: Seehunde, Wale und Meeresschildkröten verfangen sich in Ballonbändern, Sixpack-Ringen und ausrangierten Fischernetzen, und viele Seevögel fressen unabsichtlich Plastikteile, die sie irrtümlicherweise für Nahrung gehalten haben. Schließlich zersetzen sich Plastikabfälle im Meer in mikroskopisch kleinen „Plastikstaub“, dessen Ölbasis weitere schädliche Chemikalien im Meer anzieht. Diese konzentrieren sich auf den Fragmenten und bilden so kleine „Giftpillen“, deren Chemikalienkonzentration millionenfach höher ist als anderswo im Meer. Fische und Seevögel nehmen diese Partikel auf, die dann wiederum in die Nahrungsmittelkette gelangen und schließlich auf unserem Teller landen können. Neben der Teilnahme am europäischen Säuberungstag (www.letscleanupeurope.eu) können wir zur Verringerung von Meeresabfällen beitragen, indem wir unseren Müll unterwegs sorgfältig entsorgen und Einmalplastiktüten oder andere unnötigen Plastikverpackungen vermeiden.



Wischtücher

Nicht gleich alles wegwerfen

Gegenstände, die in der Toilette heruntergespült werden, können in Flüsse, Seen und ins Erdreich gelangen, wo sie die Umwelt schädigen. Kläranlagen können menschliche Ausscheidungen und Papier einfach verarbeiten. Reinigungsmittel und andere Verunreinigungen lassen sich aber nur schwer entfernen, und Wischtücher und andere feste Gegenstände blockieren die Filter der Anlagen und müssen unter hohem Kostenaufwand entfernt werden. Schadstoffe können sich, sobald sie in die freie Natur gelangen, anreichern und Lebensräume und Wildtiere bedrohen. Wusstest du, dass Spuren von Pharmazeutika wie Antibiotika und Ibuprofen auch häufig im Trinkwasser nachgewiesen werden können? Du kannst deinen Beitrag zum Umweltschutz leisten, indem du darauf achtest, dass nichts außer menschlichen Ausscheidungen und Toilettenpapier die Toilette heruntergespült wird. Pharmazeutika, Wattepad, Wischtücher und Damenbinden gehören in den Mülleimer und müssen ordnungsgemäß entsorgt werden (beispielsweise kannst du abgelaufene oder nicht verwendete Arzneimittel wieder zur Apotheke bringen.)



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Teller

Sind deine Augen größer als dein Magen?

Vermeide es, mehr zu kochen als du essen kannst, oder serviere kleinere Portionen, um nicht so viele Nahrungsmittel wegwerfen zu müssen. Ressourcen werden für den Anbau, die Verpackung, den Transport und die Lagerung all der Nahrungsmittel verwendet, die du kaufst. Denke daran, dass auch Wasser und Energie vergeudet werden, wenn du Nahrungsmittel wegwirfst. Jedes Jahr schmeißen die Europäer Millionen Tonnen Nahrungsmittel weg, von denen ein großer Teil völlig bedenkenlos verzehrt werden könnte. Du kannst ganz einfach deinen Beitrag zur Verminderung der Nahrungsmittelverschwendung leisten. Kaufe nur ein, was du wirklich benötigst, und brauche Frischwaren auf, indem du sie zu Suppen oder Soßen verarbeitest. Das schont nicht nur deinen Geldbeutel, sondern auch die Umwelt. Und nicht nur das: Frisch zubereitete Soßen schmecken besser und sind gesünder. Viele Kommunalbehörden sammeln schon heute Nahrungsmittelabfälle zum Recyceln. Wenn dies bei deiner Gemeinde nicht der Fall ist, dann leg doch einfach deinen eigenen Komposthaufen an. Bei Platzmangel kannst du ja auch einen Wurmkomposter für den Balkon oder die Wohnung in Erwägung ziehen, der selbst gekochtes Essen und Fleisch verarbeiten kann.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Wiederverwendung

Ressourceneffizienz bedeutet, Gegenstände bestmöglich zu nutzen. Und wenn wir etwas nicht mehr brauchen, können wir es anderen geben, die noch Verwendung dafür haben. Beispielsweise kannst du Kleider, Schuhe und Bücher einer Wohltätigkeitsorganisation spenden und dadurch die Lebenszeit dieser Güter verlängern.

Bücher

Achte bei Büchern genau auf die Angaben zu Herstellung und Papierart.

Denkt man an das ganze Papier, das wir verwenden, wird einem schwindelig. Obwohl die Buchherstellung nur 2% des Papierverbrauchs ausmacht, bedeutet das nicht, dass sie für die Umwelt keine Rolle spielt. Wie sieht es mit den Bäumen aus, die zur Papierherstellung für Bücher gefällt werden müssen? Schau beim Buchkauf also auf jeden Fall genau hin. Viele führende Buchdruckereien verwenden inzwischen recyceltes Altpapier oder Papier aus Forstzertifizierungssystemen. Wurde ein Buch aus recyceltem Altpapier oder mit Papier aus Nachhaltigkeitsprogrammen produziert, wird dies ausdrücklich aufgeführt. Wenn du ein Buch zu Ende gelesen hast, wirf es nicht gleich weg. Schenke es einem Freund, überlass es einem Second-Hand-Laden oder führe es als absolute Notlösung dem Recycling zu. Und wenn du statt herkömmlichen Büchern nur noch e-Books liest, solltest du den Akku nicht weiter aufladen, wenn er einmal voll ist. Schalte das Gerät aus, wenn du nicht mehr liest.

Spiel

Game over. Und nun? Jetzt kommt es drauf an...

Computerspiele machen Spaß, aber die meisten Spiele sind schnell ausgereizt. Hast du erst den höchsten Punktestand erreicht, kannst du dich nicht mehr verbessern. Es ist am wichtigsten, das Spiel verantwortungsvoll zu entsorgen. Es gehört nicht einfach in die Mülltonne. Viele der Materialien in Videospielen, CDs und DVDs sind toxisch und müssen besonders behandelt werden. Wenn du mit dem Spiel fertig bist, gib es doch einem Freund, bring es in einen Sozialladen oder tausche es gegen ein anderes Spiel ein. Viele Geschäfte bieten einen Tausch an: Sie geben dir entweder eine Ermäßigung für ein neues Spiel oder kaufen dein altes.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Putzlappen

Warum nicht ein Stofftuch statt Papier verwenden?

Du hast dich vielleicht schon gefragt, ob es energieschonender ist, an öffentlichen Orten Papiertücher oder einen automatischen Händetrockner zu verwenden. Aber wie sieht es damit zu Hause aus? Papiertücher eignen sich hervorragend zum Aufsaugen von Flüssigkeiten und zum Säubern, aber sie sind nicht wirklich umweltfreundlich. Warum nicht ein Stofftuch stattdessen verwenden? Ein Papiertuch wird nach einmaligem Gebrauch entsorgt, ein Stofftuch kann gewaschen und immer wieder verwendet werden. Es ist auch besser, ein neues Stofftuch zu kaufen als viele Küchenrollen.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Recycling

Wenn Produkte auf Mülldeponien landen, kann von Nachhaltigkeit keine Rede mehr sein. Mülldeponien verschmutzen die Umwelt. Wir verschwenden dadurch wertvolle Ressourcen, die wiederverwendet werden könnten. Wenn wir Materialien wie Papier und Plastik dem Recycling zuführen, können wir die Umweltbelastung im Alltag ganz einfach verringern.



Putzlappen

Sollten wir unsere Klamotten zu Putzlappen umfunktionieren?

Du hast vielleicht schon von der Diskussion gehört, ob es energieschonender ist, in öffentlichen Lokalen Papiertücher oder einen automatischen Händetrockner zu verwenden. Doch wie sieht es bei dir zu Hause mit dem Verbrauch von Papiertüchern aus? Zugegeben, sie eignen sich hervorragend zum Aufsaugen von Flüssigkeiten und zum Säubern, aber sie sind nicht umweltfreundlich. Wie wäre es, an Stelle von Papiertüchern alte T-Shirts und Hemden zum Reinigen und Aufwischen zu verwenden? Im Gegensatz zum Papiertuch, das nach einmaligem Benutzen weggeworfen wird, können Putzlappen gewaschen und daher häufig wiederverwendet werden. Es ist sogar besser, einen neuen Lappen zu kaufen, als sich ständig mit neuer Küchenrolle einzudecken. Du solltest aber darauf achten, dass der Lappen organisch ist und aus fair gehandelter Baumwolle besteht.



Mülleimer

Sollte Mülltrennung nicht noch weiter ausgebaut werden?

Mit dem wachsenden Wohlstand der europäischen Gesellschaft steigt auch die Menge des Abfalls. Jedes Jahr erzeugt die EU alleine drei Milliarden Tonnen Abfall – das entspricht etwa sechs Tonnen Feststoffabfall pro Person. Mit Blick auf die Ressourceneffizienz wäre es am sinnvollsten, erst gar keinen Abfall zu produzieren. Wenn jedoch Abfall anfällt, müssen wir unser Möglichstes tun, diesen wiederzuverwenden oder zu recyceln. Das Recycling ist eine ausgezeichnete Methode, Energie zu sparen und die Umwelt zu schonen: Je mehr wir recyceln, desto weniger neue Materialien müssen wir verwenden. Wusstest du beispielsweise, dass 70% weniger Energie erforderlich ist, um Papier zu recyceln als es aus neuen Rohstoffen herzustellen? Erkundige dich, was in deiner Region recycelt werden kann – es dürfte sich um etwa 60 bis 80% des gesamten Abfalls handeln. Wenn es Materialien gibt, die in deiner Gemeinde nicht getrennt gesammelt werden, hol dir doch einfach ein paar zusätzliche Müllbehälter und entsorge die Abfälle an der nächsten Sammelstelle vor Ort.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Plastikflaschen

Solltest du nicht lieber größere Plastikflaschen Wasser kaufen?

Uns allen bereiten die wachsenden Mengen an Plastikabfällen Sorgen. Doch wir können schon im Vorfeld viel tun, damit Plastikmüll überhaupt erst gar nicht entsteht. Plastikflaschen können ganz einfach recycelt werden. Noch besser ist es aber, sie mehrfach wieder zu verwenden. Dazu musst du lediglich einige simplen Regeln befolgen: Jedes Mal, wenn du eine Flasche wiederverwendest, solltest du sie mit warmem Seifenwasser ausspülen und sorgfältig trocknen, um der Entstehung von Bakterien vorzubeugen. Wenn deine Flasche allmählich verschleißt, kannst du sie dann recyceln. Die meisten Gemeinden haben Sammelsysteme für Plastikflaschen eingerichtet. Sollte dies nicht der Fall sein, suche für die Entsorgung eine Sammelstelle vor Ort auf. In den meisten europäischen Städten kann man Leitungswasser völlig bedenkenlos trinken. Wenn du aber Wasser kaufen musst, entscheide dich für eine große Flasche anstelle von mehreren kleinen. Das ist erstens günstiger und zweitens achtest du auf eine effiziente Nutzung von Ressourcen.



Plastikbehälter zum Mitnehmen

Kann ein Plastikbehälter zweimal verwendet werden?

Essen zum Mitnehmen ist für uns ein sündiges Vergnügen. Es kann aber auch dazu beitragen, deinen persönlichen Energieverbrauch zu senken. Wer neue Plastikbehälter kauft, in denen Lebensmittel angeboten werden, verbraucht automatisch neue Ressourcen. Doch die Behälter, in denen du dein chinesisches Essen oder deine Currywurst von der Imbissbude bekommst, sind ideal geeignet, um Lebensmittelreste wie Soßen oder Salate im Kühl- oder Gefrierschrank zu lagern. Damit die Behälter länger halten, solltest du dein Essen in geeignetem Geschirr aufwärmen. Dadurch kannst du den Behälter nicht nur häufiger wiederverwenden, sondern du gehst auch auf Nummer Sicher. Denn die Chemikalien, die in Plastik enthalten sind, dringen beim Erwärmen häufig in das Essen ein.



Plastiktüten

Kannst du Einwegtüten mehrfach verwenden?

Plastiktüten sind heute zum Synonym für unsere verschwenderische Gesellschaft geworden. Wir verwenden täglich Millionen von Tüten, oftmals nur für wenige Minuten, bevor wir sie in den Mülleimer werfen. Im Jahr verwendet der EU-Durchschnittsbürger fast 250 Plastiktüten, wobei die meisten davon nur einmal zum Einsatz kommen. Einige Tüten sind so hauchdünn, dass sie nur einmal verwendet werden können und nie recycelt werden. Stattdessen landen sie im Meer oder auf einer Mülldeponie, wo sie erst nach mehreren hundert Jahren zerfallen. Die umweltfreundlichste Methode ist es, eine Tüte von zu Hause mitzubringen. Baumwoll- oder Stofftaschen sind leicht und problemlos mitzunehmen – achte möglichst auf Bio-Materialien mit Umweltsiegel. Oder warum besinnen wir uns nicht einfach wieder auf den traditionellen Einkaufskorb?



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Glas

Willst du wissen, warum Glas ein so erstklassiges Material ist?

Glas gibt es schon seit über 5 000 Jahren, aber es sieht nicht so aus, als ob es in naher Zukunft aus der Mode käme. Und das hat seine Gründe. Glas ist zu 100% recycelbar und kann immer wieder neu recycelt werden. Bevor du Glas in den dafür vorgesehenen Containern entsorgst, denke mal darüber nach, es wiederzuverwenden. Die Wiederverwendung von Produkten ist energieeffizienter als Recycling, da keine zusätzliche Energie, Wasser oder andere Ressourcen notwendig sind, um aus den recycelten Materialien neue Produkte herzustellen. Glasflaschen können unbegrenzt oft bedenkenlos wiederverwendet werden, weil sie einerseits nicht ihre Eigenschaften verlieren und andererseits leicht zu reinigen sind. Verwende Glasflaschen und -gefäße als Trinkbecher, Kerzenständer oder Bleistifthalter. Ganz Kreative können sie auch zu stilvollen Kleiderständern, Lampen oder Glasflaschen-Kronleuchtern umfunktionieren. Natürlich kannst du alte Gläser und Flaschen auch jemand anderem geben. In vielen Geschäften gibt es Pfandautomaten, an denen du für jede leere zurückgegebene Flasche einen kleinen Geldbetrag erhältst. Die Flaschen gehen dann an den Hersteller zurück, wo sie viele Male wiederverwendet werden. Dadurch zahlst du nur für den Flascheninhalt – nicht für die Verpackung.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Verkehr/Reisen

Zusammen mit den Faktoren Wohnen und Lebensmittelproduktion ist der Verkehr eine der Hauptursachen für die Bedrohung natürlicher Ressourcen. Der Transport von einem Ort zum anderen verbraucht Energie. Energie wiederum verbraucht Ressourcen. Wenn wir gründlicher darüber nachdenken, wie wir uns fortbewegen, können wir die Auswirkungen des täglichen Lebens für die Umwelt wesentlich reduzieren.



Urlaubsfotos

Welchen Einfluss hat dein Familienurlaub auf den Klimawandel?

Die Auswirkungen deines Urlaubs auf den Klimawandel hängen größtenteils davon ab, wie weit und wie du reist. Eine Flugreise ist weitaus umweltschädlicher als eine Auto- oder Zugfahrt. Das heißt natürlich nicht, dass du keinen Urlaub machen sollst! Aber denk einfach mal darüber nach, ob du wirklich fliegen musst. Fliegen verbrennt riesige Mengen Benzin und setzt enorm viel CO₂ frei. Der Flugverkehr ist direkt für 3% der Treibhausgasemissionen in der EU verantwortlich. Wenn die indirekte Wirkung dazugerechnet wird, sind die Auswirkungen insgesamt sogar doppelt bis viermal so hoch. Also warum nicht einmal auf den Zug ausweichen? Wenn du dir mit jemandem ein Auto teilst, wäre die Umwelt auch weniger belastet. Wenn du schon mit dem Flugzeug verreist, solltest du das Beste daraus machen: Verreise für einen längeren Zeitraum und vielleicht seltener. Natürlich macht ein Urlaub immer Spaß. Doch du solltest auch an die Ressourcen denken, die du verbrauchst. Und selbstverständlich helfen auch CO₂-Ausgleichszahlungen dabei, die schädlichen Auswirkungen von Flugreisen und anderen umweltbelastenden Aktivitäten zu reduzieren. Es gibt zahlreiche Webseiten, auf denen du in umweltfreundliche Maßnahmen investieren kannst, um dadurch Emissionen auszugleichen. Du kannst z. B. Bäume pflanzen oder Solarzellen auf öffentlichen Gebäuden installieren lassen. An deinem Urlaubsziel solltest du dir eine Unterkunft aussuchen, die Wert auf Umweltschutz legt. Außerdem solltest du lokale Lebensmittel kaufen und auf ein Auto verzichten.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Autoschlüssel

Es ist nicht einfach, auf sein Auto zu verzichten. Aber sollte man es deshalb nie versuchen?

Um dein Leben „grüner“ zu gestalten, musst du manchmal echte Opfer bringen. Manches ist aber auch ganz leicht umsetzbar. Wie zum Beispiel Spaziergehen statt Autofahren. Es ist so einfach und hat so viele offensichtliche Vorteile für die Umwelt: Die Luft wird weniger verschmutzt, es herrscht weniger Lärmbelastung und du verbrauchst weniger Ressourcen, die für die Produktion, den Antrieb oder die Reparatur eines Autos notwendig sind. Daneben profitiert auch deine Gesundheit von regelmäßiger Bewegung. Natürlich gibt es Situationen, in denen Autos unverzichtbar sind. Aber für kürzere Fahrten - wie z. B. den Weg zum nächsten Supermarkt oder um einen Freund auf einen Kaffee zu treffen - solltest du überlegen, ob du das Auto wirklich brauchst oder ob du nicht genauso gut laufen könntest. Gibt es eigentlich irgendjemanden auf der Welt, der gern im Supermarkt Lebensmittel einkauft? Das Anstehen, die Menschenmengen, der mühsame Weg aus dem Parkplatzgelände - das kann schon an den Nerven zerrén. Wenn du das nächste Mal an der Kasse stehst, frag dich selbst: Musste dieser Weg zum Supermarkt wirklich sein? Hätte ich mir die Lebensmittel vielleicht sogar liefern lassen können? Online-Shopping ist eine effiziente Variante, um sich neue Lebensmittel zu besorgen.

Nur ein Tipp: Kontrolliere unbedingt die Verfallsdaten auf den Produkten, sobald sie bei dir eintreffen, damit du weißt, was zuerst verzehrt werden muss. Denn die Verschwendung von Essen ist gleichbedeutend mit der Verschwendung von Ressourcen. Wenn du lieber selbst in den Supermarkt fährst, denk darüber nach, ob du nicht zum nächsten Laden um die Ecke fahren kannst und ob du den Weg vielleicht zu Fuß oder mit dem Rad zurücklegen kannst. Und vergiss deine Einkaufsliste nicht!



GENERATION
AWAKE

DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Energieeffizienz

Als Gesellschaft insgesamt sind wir zu sehr angewiesen auf nicht erneuerbare Energiequellen wie Öl und Gas. Deshalb müssen wir verstärkt erneuerbare Quellen wie Solar- und Windkraft in den Alltag integrieren. Aber verantwortungsvoller Umgang mit Energie heißt auch, die bereits verwendete Energie so effektiv wie möglich einzusetzen und sie nicht zu verschwenden. Durch ganz simple Dinge, wie etwa das Licht ausschalten, wenn wir einen Raum verlassen, und die Heizung herunterdrehen, schonen wir die Umwelt und sparen noch dazu Geld.



Kleider waschen

Schadet deine Waschmaschine der Umwelt?

Waschmaschinen sind heute viel energiesparender als früher. Dennoch können wir einiges tun, um die Energieeffizienz zu erhöhen. Um Wasser und Energie wirklich maximal auszunutzen, müssen wir nur ein paar einfache Regeln befolgen. Bei einem gut reinigenden Waschprogramm muss nicht immer die Höchsttemperatur eingestellt sein. Baumwolle wäscht man bei 40 °C und am besten in voller Waschtrommel, also mit gut gefüllter Maschine. Wenn deine Waschmaschine oft nicht ganz voll wird, kannst du vielleicht eine mit nächstkleinerer Trommelgröße kaufen. Viele neue Waschmaschinen haben Ökoprogramme. Sie brauchen weniger Wasser und Energie. Schau dir auch die Etiketten an. Einige empfehlen „nur chemisch reinigen“, aber auch eine Handwäsche ist möglich. Und zuletzt noch: Verwende ein Waschmittel, das so umweltverträglich wie möglich ist und nach Möglichkeit die Blume des Ökolabels trägt.



Fensterrahmen (Wohnzimmer)

Du meinst, dass du kein Geld zum Fenster rauswirfst? Denk dran:

Etwa 30% der Wärme eines Hauses gehen über die Fenster verloren. Energiesparende Fenster können also Wärmeverlust stoppen. Die anfängliche Ausgabe hast du ganz schnell durch Einsparungen bei Heizkosten wieder wettgemacht. In Doppel- oder Dreifachfenstern bildet die Edelgasfüllung zwischen den Glasscheiben eine Isolierschicht. Der größte Nutzen dieser Fenster besteht darin, dass sie die Wärme im Inneren halten und Schutz vor Wind und Wetter bieten. Fensterläden und schwere Vorhänge verbessern ebenso die Wärme- und Schalldämmung. Wenn du bei warmem Wetter Schwierigkeiten hast, dein Heim zu kühlen, bieten sich Fensterläden und Markisen an: Damit lassen sich im Vergleich zu Ventilatoren oder einer Klimaanlage Energiekosten sparen. Wenn du aber eine Fenstererneuerung planst, kannst du auch gleich das ganze Gebäude auf seinen Dämmstatus überprüfen (Türen, Mauern, Dach, Keller usw.). Du kannst einen Fachmann beauftragen, der dich über die Verbesserungen informiert, die zur Optimierung der Energieeffizienz geeignet sind.



GENERATION
AWAKE

DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Glühbirne

Wird die Zukunft deiner Enkel besser, wenn du heute Glühbirnen austauschst?

Das ist durchaus der Fall! Und je mehr Menschen mitmachen, umso besser. Energiesparbirnen verbrauchen fünfmal weniger Energie als herkömmliche Glühbirnen und reduzieren somit die Kohlendioxidemissionen. Heutzutage sind sie vielfach auch in Supermärkten schon zu günstigen Preisen erhältlich. Energiesparbirnen sehen so aus und fühlen sich so an wie herkömmliche Glühbirnen und liefern auch die gewohnte Lichtqualität. Eine 20-Watt-Energiesparbirne mit 12.000 Stunden Lebensdauer spart etwa 70 € im Vergleich zu ihrem Vorgänger, einer entsprechenden 100-Watt-Glühbirne. In allen Mitgliedstaaten der EU ist der Handel mit konventionellen Glühdrahtbirnen für den Hausgebrauch ausgelaufen. Bis 2020 wird durch diese Maßnahme so viel Energie gespart wie für die Versorgung von elf Millionen Haushalten pro Jahr benötigt wird. Inzwischen haben viele Glühbirnenhersteller ihre Produktion auf ansprechende Energiesparlampen wie LEDs umgestellt, deren Preis immer weiter fällt. Aber es gibt noch immer ein paar weniger energiesparende Birnen auf dem Markt. Es ist also wichtig, die Etiketten sorgfältig zu lesen und die energiesparendsten zu kaufen. Aber auch eine Energiesparbirne sollte nicht unnötig angeschaltet sein.



Geschirrspüler

Musst du einfach nur einen besonders energiesparenden Geschirrspüler kaufen, um weniger Energie zu verbrauchen?

Ist ein Geschirrspüler oder das Spülen von Hand besser, wenn ich Ressourcen schonen will? Das kommt darauf an, wie du den Geschirrspüler nutzt, welche Art Geschirrspüler du verwendest und wie du beim Handspülen vorgehst. An einem Geschirrspüler ist nichts auszusetzen. Er verbraucht etwa drei- bis viermal weniger Wasser als wenn die vergleichbare Menge Geschirr von Hand gespült wird. Das richtige Gerät ist dabei aber ganz entscheidend. Wähle ein Gerät mit hoher Energieeffizienzklasse, nutze so oft wie möglich das Sparprogramm und schalte nur einen vollen Geschirrspüler an. Idealerweise lässt du ihn nachts laufen: Das kann günstiger sein. Du nutzt die Netzeinspeisung zu einer Zeit, in der nur die effizienteren E-Werke am Netz sind. So hat jedes Kraftwerk einen etwas geringeren Kohlendioxid-Fußabdruck. Verwende beim Handspülen ein ökologisch verträgliches Spülmittel, spüle nicht unter fließendem Wasser und nimm kein überheißes Wasser.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Gas-/Stromrechnung

Wäre es nicht besser, die Rechnungen im Computer zu speichern statt auf dem Tisch zu stapeln?

Es ist unumstritten, dass wir in Zukunft verstärkt auf erneuerbare und „grüne“ Energiequellen zurückgreifen müssen. Wir müssen uns Gedanken machen über die hohe Kohlendioxidemission, die mit traditionell genutzten Energien wie Kohle und Öl einhergeht. Eine Möglichkeit zur Förderung erneuerbarer Energien ist ihre Nutzung. Je mehr Menschen ökologisch verträgliche Energiequellen verwenden, umso kostengünstiger werden sie. Natürlich ist es für sparsamen Umgang mit Energie am besten, von vornherein weniger Energie zu verbrauchen. Es kann aber auch eine echte Win-Win-Situation sein, erneuerbare Energien im eigenen Haus einzusetzen. Die Installation von Sonnenkollektoren kann kurzfristig hohe Ausgaben bedingen, liefert aber in den Folgejahren kostenfreie Energie, ohne dass man sich über schwankende Energiepreise sorgen muss. Aber die meisten Menschen können am schnellsten und leichtesten ihren Energieverbrauch drosseln, wenn sie ihre Energieeffizienz steigern. Ein erster Schritt zum besseren Energieeinsatz ist der Einbau eines Energiezählers, durch den du deinen Energieverbrauch kontrollieren und mögliche Verschwendung identifizieren kannst. Einige Energieversorger bieten bereits Energiezähler an. Zielsetzung der EU ist die Installation von intelligenten Messgeräten in 80% der Haushalte bis 2020.



Medienplayer

Aufladen über Nacht kostet Geld. Wie viele Musiktitel könntest du damit kaufen?

Warum lassen so viele von uns Mobiltelefone und tragbare Medien- und Musikplayer nach dem vollständigen Aufladen am Stromnetz? Viele Leute gehen davon aus, dass ständiges Aufladen die korrekte Funktionsweise ihrer Elektronikgeräte fördert. Das ist falsch. Tatsächlich ist das Gegenteil der Fall: Das fortgesetzte Aufladen verkürzt langfristig die Lebensdauer des Akkus. Das heißt, du musst den Akku oder das Gerät früher ersetzen, was wiederum schlecht für die Umwelt und kostspielig für dich ist. Lithium-Ionen-Akkus, wie sie in Smartphones Verwendung finden, funktionieren am besten, wenn sie nicht jedes Mal vollständig entleert und wieder aufgeladen werden. Am besten lädt man sie bei einem Akkustand von 40% bis sie etwa 80% aufgeladen sind. Die Lösung ist einfach. Finde heraus, wie lange es dauert, bis dein Gerät voll aufgeladen ist, und achte darauf, dass du zu Hause bist, um es vom Netz zu nehmen.



GENERATION
AWAKE

DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Fensterrahmen (Schlafzimmer)

Geschmackvoll? Ökonomisch? Ökologisch? Das muss kein Widerspruch sein!

Unnötige Wärmeaustritte zu verhindern, ist die beste Methode, um ein Haus so energiesparend wie möglich zu machen. Wärme tritt ganz leicht aus allen möglichen Spalten, Ritzen und Öffnungen aus. Es ist also vom finanziellen und ökologischen Aspekt sinnvoll, dass die Wärme im Wohnungsinneren bleibt. Fenster gehören zu den hauptsächlichen Wärmeaustrittsstellen eines Hauses. Tatsächlich gehen 30% der Wärme durch schlecht isolierte Fenster oder Einfachfenster verloren. Vielleicht kommen für dich Doppel- oder sogar Dreifachfenster in Frage? Das verursacht natürlich zunächst Ausgaben, aber dein Haus wird langfristig wärmer und du brauchst weniger Heizenergie. Das ist nicht nur für die Umwelt, sondern auch für den Geldbeutel gut. Bei der Wahl eines Fensterrahmens ist auf die thermischen Eigenschaften der Materialien und auf deren Nachhaltigkeit zu achten: Holzrahmen zum Beispiel stammen aus erneuerbaren Quellen und sind biologisch abbaubar. Nimm schließlich keine Isolierung vor, ohne für eine angemessene Belüftung zu sorgen: In vielen in letzter Zeit isolierten Häusern gibt es Probleme mit der Raumluft, da sich Feuchtigkeit und Schadstoffe wie Radon und Formaldehyd anreichern und bei Erwachsenen und Kindern gesundheitliche Probleme verursachen können.



Kühlschrank

Ist es cool, den Kühlschrank vollzustopfen?

Es ist ein weit verbreitetes Missverständnis, dass ein voller Kühlschrank besonders energieeffizient ist. Ein zu drei Vierteln gefüllter Kühlschrank ist optimal und spart die meiste Energie. Und denk an noch andere Möglichkeiten für den Schutz der Umwelt. Den Kühlschrank regelmäßig abzutauen, fördert maximale Energieeffizienz. Lass die Tür nicht zu lang offen, da dadurch kalte Luft austritt. Warme Speisen sollten erst nach dem Abkühlen in den Kühl- oder Gefrierschrank gestellt werden. Zudem kontrolliert man Lebensmittel am besten regelmäßig. Es ergibt keinen Sinn, sie frisch zu halten und schließlich schlecht werden zu lassen. Da wir uns immer mehr in Richtung einer Kreislaufwirtschaft entwickeln, sollte es zukünftig mehr Möglichkeiten geben, große Geräte wie Kühl- und Gefrierschränke zu leasen. Hersteller werden nach wie vor in die Pflicht genommen, Geräte zu warten, zu überholen und Teile am Ende der Produktlebensdauer wiederzuverwenden, um Energie und Ressourcen einzusparen. Achte beim Einrichten deines Zuhauses auf kostengünstige Leasingoptionen.



GENERATION
AWAKE

DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Überkonsum

Im Westen wird Konsum oft mit Lebensqualität in Verbindung gebracht. Jedoch sind die meisten Ressourcen begrenzt oder ungleich verteilt. Deshalb sollten wir sie nicht verschwenden, zumal Verschwendung erhebliche Folgen für die Umwelt hat. Und angesichts einer ständigen Zunahme der Weltbevölkerung müssen auch die Ressourcen der Welt ein wenig länger reichen. Wir Verbraucher müssen uns nun weniger darauf konzentrieren, was wir wollen, und mehr darauf, was wir brauchen.



Schuhe

Wirst du sie immer noch behalten wollen, wenn sie dir nicht mehr gefallen?

Vermeide es, Schuhe zu kaufen, die du nur ein- oder zweimal tragen wirst. Es lohnt sich, ein bisschen mehr für ein gutes Paar Schuhe auszugeben, das dir lange erhalten bleibt. Wenn du dich entscheidest, ein Paar Schuhe loszuwerden, schmeiß es nicht einfach in den Mülleimer. Denke darüber nach, die Schuhe zu recyceln oder einer lokalen Wohltätigkeitsorganisation zu spenden.



Teller mit Resten

Sind deine Augen größer als dein Magen?

Nahrungsmittelabfälle stellen ein großes Problem dar. Wenn wir Nahrungsmittel wegwerfen, produzieren wir nicht nur neuen Abfall, der entsorgt werden muss, sondern wir verschwenden zudem die Energie und Materialien, die für den Anbau, den Transport, die Verarbeitung, die Lagerung und den letzten Weg in unsere Küche verwendet werden. Eine Maßnahme zur Verringerung der Abfallmengen ist nur zu kochen, was wir wahrscheinlich auch essen werden. Wenn dennoch Essen übrig bleibt, bewahre es für den nächsten Tag auf. Wenn du in einem Restaurant essen gehst, bitte den Küchenchef doch einfach, eine Zutat wegzulassen, die du nicht magst, oder frage nach einer Tüte für die Essensreste, um sie mit nach Hause zu nehmen. Wenn du dir die Reste einpacken lässt und doch keine Verwendung dafür findest, achte darauf, sie im richtigen Mülleimer zu entsorgen. Wenn in deiner Gemeinde keine Nahrungsmittelabfälle gesammelt werden, investiere doch in einen Wurm- oder Gartenkomposter. Es sind sogar Lösungen erhältlich, die du in einem Küchenschrank verstauen kannst und die keine Gerüche nach außen dringen lassen. Selbst wenn du Nahrungsmittelabfälle nicht getrennt sammelst, ist es empfehlenswert, Abfall zu kompostieren, weil dadurch Transportkosten eingespart werden und du keine Erde für deine Pflanzen kaufen musst. Den größten Beitrag zur Ressourcenschonung leistest du jedoch, wenn du erst gar keinen Abfall produzierst.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED! DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Geschenke

Wird der Weihnachtsmann dieses Jahr „grün“ tragen?

Jeder gibt und bekommt gerne Geschenke. Aber hast du jemals darüber nachgedacht, dabei die Ressourceneffizienz im Auge zu behalten? Jemandem deine Zeit zu schenken wird möglicherweise mehr geschätzt als ein ungewolltes Geschenk, das anschließend im Schrank oder Mülleimer landet. Wie wäre eine Wanderung oder Stadtbesichtigung? Oder ein Gutschein über Babysitting oder ein paar Unterrichtseinheiten in einer Sprache, die du beherrschst, die Beschenkten aber nicht? Handgemachte Geschenke wie Marmelade, Kekse, gestrickte Socken oder Schmuck kommen auch gut an. Oder wie wäre es mit Theater- oder Konzertkarten? In den vergangenen Jahren haben sich Online-Bastelläden immer größerer Beliebtheit erfreut. Hier kannst du Anregungen für originelle, handgemachte und aufpolierte Gegenstände finden. Warum schenkst du nicht eine Baum-Patenschaft im Amazonas-Regenwald, einen Gutschein für einen Bioladen oder einen Gemüseanbaukurs? Dadurch kannst du nicht nur mit einer neuen Geschenkidee punkten, sondern hilfst mit solchen Ökogeschenken auch mit, das Bewusstsein für Probleme, wie zum Beispiel die Waldzerstörung und Ressourceneffizienz, zu schärfen. Schließlich gilt es, an die Details zu denken: Verwende Geschenkpapier wieder oder erstelle deine eigene Karte aus recycelten Materialien.



Kleidung

Das Verschwenden von Ressourcen ist aus der Mode!

Hast du schon einmal einen Anzug für ein Vorstellungsgespräch gekauft und beim zweiten Tragen gedacht, dass er nicht mehr passt? Oder ein Kleid für einen besonderen Anlass gekauft und es nie wieder angezogen? Die Kleidungsstücke, die ungenutzt ganz hinten in deinem Kleiderschrank schlummern, erforderten bei ihrer Herstellung eine Menge Rohmaterialien. Denke also das nächste Mal beim Kauf neuer Kleidungsstücke daran, welche Ressourcen mit einfließen – der Wasser- und Energieverbrauch, mögliche Umweltverschmutzungen usw. Und frage dich, ob du das wirklich brauchst. Denke darüber nach, wie viel Geld du sparen könntest, wenn du deine Kleidung besser nutzt anstatt regelmäßig neue zu kaufen.

Warum nicht gebrauchte Kleidung in Betracht ziehen? Viele fast neuwertige Kleidungsstücke sind bei Auktions-Websites im Internet günstig zu haben. Wenn du etwas nicht mehr anziehen möchtest, dann veranstalte doch eine Tauschparty mit deinen Freunden und hab Spaß beim Kleidertausch. Oder spende deine Kleidungsstücke über Freecycling-Websites oder an eine Wohltätigkeitsorganisation. Eine kürzlich durchgeführte Studie in Großbritannien hat ergeben, dass wir 10% unseres Geldes, das wir für neue Kleidungsstücke ausgeben, zum Ausleihen hochwertiger Artikel, wie beispielsweise Anzüge und Kleider, aufwenden könnten und so jährlich 1,7 Millionen Tonnen Kohlendioxid einsparen würden. Vielleicht wäre dies eine Option, wenn du das nächste Mal eine Einladung zu einem besonderen Anlass erhältst?



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Schmuck

Kennst du die Geschichte hinter dem Funkeln?

Wenn man sich ein neues Schmuckstück gönnt, kann man leicht vergessen, dass seine Herstellung unter Umständen erheblich zu Lasten von Menschen und dem Planeten ging. Der Handel hat in den letzten Jahren viel dafür getan, um die aufkeimenden Sorgen im Hinblick darauf zu beruhigen, der Abbau von Gold, Silber und Edelsteinen könne der Umwelt schaden und lokale Arbeitskräfte und indigene Völker ausbeuten. Dennoch wirkt er sich deutlich auf die Umwelt und die Gesellschaft aus. Chemikalien wie Zyanid, Quecksilber und Schwefelsäure werden verwendet, um die Edelmetalle aus der Erde zu bergen. Ganze Landstreifen und Wasservorkommen werden dadurch stark verunreinigt. Für die Goldgewinnung sind beispielsweise große Mengen Wasser erforderlich. Da die Nachfrage nach Edelmetallen steigt, wird auch der Druck auf die Ressourcen und Ökosysteme zunehmen. Manche Schmuckstücke werden sogar immer noch aus bedrohten Tierarten hergestellt. Und wie kannst du nun helfen? Verzichte auf Produkte, die Korallen, Elfenbein, Schildpatt oder brasilianisches Rosenholz enthalten. Wenn du Produkte kaufst, die aus Tieren hergestellt werden, wie z. B. Taschen aus Krokodilleder, solltest du unbedingt darauf achten, dass für sie eine CITES-Genehmigung vorliegt. Dadurch kannst du sicher sein, dass der Artenschutz gewährleistet wurde. Und wie wäre es mit einem Second-hand-Ring oder Schmuck aus recycelten Materialien? Aufpolierte alte Schmuckstücke verbinden Altes und Neues auf einmalige Weise.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN

Grüne Wirtschaft

Bei der „grünen Wirtschaft“ bzw. „Kreislaufwirtschaft“ geht es darum, wie produziert, gekauft und konsumiert wird. Das Ziel besteht darin, Abfall zu beseitigen und das Optimum aus den von uns abgebauten wertvollen Rohmaterialien herauszuholen. In einer grünen Wirtschaft werden keine kurzlebigen Gegenstände verwendet, die einfach weggeworfen werden, wenn man sie nicht mehr braucht oder sie kaputt gehen, sondern Produkte, die einfach zu reparieren, wiederzuverwenden, zu zerlegen, zu recyceln oder zu kompostieren sind. Dadurch werden Abfälle auf ein Minimum beschränkt und begrenzte natürliche Ressourcen mit Respekt behandelt.

Sparschwein

Das Einsparen von Ressourcen füttert dein Sparschwein!

Du wirst gleich feststellen, wie viel du einsparen kannst, wenn du auf Verbrauchsgüter zum Einmalgebrauch verzichtest, die Wegwerfmentalität ablegst und stattdessen Produkte wiederverwendest und recycelst, bewusst einkaufst und deinen Energie- und Wasserverbrauch zurückschraubst. Warum kaufst du dir von dem Gesparten nicht einen langlebigen Gegenstand in hochwertiger Qualität, von dem du viele Jahre etwas hast?

Waagen

Legst du den Umwelteinfluss der von dir gekauften Produkte auf die Waage?

Wenn du es noch nicht machst, dann fang an, darüber nachzudenken, ob deine Kaufentscheidungen nachhaltig sind. Brauchst du wirklich etwas Neues oder könnte es auch etwas Gebrauchtes oder Repariertes sein? Musst du wirklich ein eigenes Produkt besitzen oder könntest du es nicht stattdessen mieten oder mit jemandem teilen und so die Wartungs- und Betriebskosten senken? Carsharing, Werkzeuge und Anlagen mieten, Haushaltswaren und Gesellschaftskleidung mieten ... Teilen und Mieten ist viel nachhaltiger als Kaufen. Hast du auch einmal daran gedacht, waschbare Windeln und Wischtücher für dein Baby zu verwenden? Sie bieten nicht nur ein langfristiges Einsparpotenzial, sondern sind auch mit niedlichen Motiven erhältlich und können wiederverkauft werden. Alternativ kannst du auch nach Unternehmen suchen, die in deiner Nähe Wiederverwendbares reinigen, sammeln und liefern. Je nachdem, wo du wohnst, kannst du auch versuchen, Wegwerfartikel zu vermeiden. Dadurch kannst du verhindern, dass Tonnen von unnötigem Abfall zur Deponie gebracht werden und dort schädliches Methan freisetzen. Informiere dich zum Thema Kreislaufwirtschaft und sprich darüber mit Freunden und Familie.



DEINE ENTSCHEIDUNGEN MACHEN
EINEN GEWALTIGEN UNTERSCHIED!
DER VERBRAUCHERLEITFADEN



Brieftasche

Gibst du grundlos Geld aus?

Ergreife Maßnahmen, damit du weniger Nahrungsmittel, Energie und Wasser verbrauchst. Dadurch kannst du Geld sparen, das du dann wieder für etwas ausgeben kannst, was du wirklich magst. Wenn wir alle so handeln, leisten wir einen Beitrag zum Schutz unserer schönen Natur und senken die mit Abfall und geschädigten Ökosystemen verbundenen Reinigungskosten.



Spielzeugdinosaurier

Wird die Wegwerfmentalität jemals aussterben?

In einer grünen bzw. Kreislaufwirtschaft werden wir alle Nutzer anstatt Verbraucher sein, Produkte werden auf lange Haltbarkeit ausgelegt und dann wiederverwendet und aufbereitet, und zwar mit biologischen Materialien, die der Natur sicher wieder zugeführt werden können, und natürlich mit erneuerbarer Energie. Nichts ist verloren, alles wird umgewandelt, und es entsteht kein Abfall mehr. Informiere dich zum Thema Kreislaufwirtschaft. Bei ihr handelt es sich um ein aufregendes und dynamisches Modell, das die Beschränkungen der natürlichen Ressourcen unseres Planeten berücksichtigt. Diese Wirtschaftsform erfordert in allen Industriezweigen zudem neue Fähigkeiten, Kompetenzen und Ideen. Sei Teil der Zukunft, nicht der Vergangenheit!