

Anregungen ressourcenschonendes Verhalten und Ideen für Einzelpersonen und Institutionen

Plastikvermeidung

- Verzicht auf Plastikbeutel – Immer einen Beutel in der Tasche haben, da man ja manchmal etwas spontan kauft!
- Mehrweglösungen im Supermarkt nutzen
- Eigener Mehrweg-Trinkbecher für Coffee to Go
- Lebensmittel möglichst unverpackt kaufen – dafür Etiketten z.B. direkt auf Gemüse kleben
- <https://guppyfriend.com/> gegen Mikroplastik im Abwasser
- Waschmaschinenpulver/Spülmaschinenpulver verwenden, eingepackte Spül- oder Waschmaschinentabs sind unnötige Polymer-Verbindungen, die sich zwar in die chemischen Grundstoffe auflösen, dann aber in der Kläranlage abgebaut werden müssen (zudem teuer)
- keine Produkte mit schwarzen Plastikverpackungen kaufen (Können bei Mülltrennung nicht erkannt werden !!)

Obst, Gemüse und andere Lebensmittel

- Saisonales und regionales Obst/Gemüse kaufen (Bioware kommt oft von weit entfernten Ländern!) „Bio“ ist nicht automatisch gleich „Öko“!!
- soweit möglich Gemüse/Obst selbst anbauen oder beim Erzeuger kaufen
- eher kleine Mengen Obst/Gemüse kaufen, um nichts wegwerfen zu müssen.
- Auch einzeln herumliegendes Obst (z.B. Bananen) im Supermarkt einkaufen, da „Einzelteile“ häufig von Kunden nicht gekauft werden und im Müll landen.
- Kein (teurer) Kapselkaffee, dafür lieber hochwertiger fair gehandelter Kaffee
- Manche Läden geben am Abend nicht verkaufte Lebensmittel ab <https://toogoodtogo.de/de>
- Fleischkonsum senken

Getränke

- Pfandflaschen zurückgeben
- Wenn eigene Rückgabe nicht möglich, im öffentlichen Bereich Pfandflaschen neben Mülleimer stellen, damit diese nicht im Restmüll landen.
- Mehrweg statt Einwegflaschen, Glasflaschen statt Kunststoff
- Noch besser: Wasserfilter im Haushalt für perfektes Trinkwasser installieren www.carbonit.com (Spart viel Geld und Zeit und vermeidet Transportwege!)

Energie/Wasser

- Grundtemperatur im Heizungskessel bzw. Wohnung absenken. Schon 1 Grad weniger bringt eine Menge. Zimmertemperatur mit Thermometer kontrollieren
- Strom/Heizung im Urlaub abstellen
- elektronische Heizthermostate nutzen
- Kein Standby nutzen, Elektrogeräte/PCs o.ä. bei Nichtgebrauch abschalten, Mehrfachstecker mit Ausschalter verwenden
- Bei Neugerätekauf immer auf Stromverbrauch achten! Spart zudem auf lange Sicht viel Geld!
- Hände mit kaltem Wasser waschen
- Wasser beim Zähneputzen und „Einseifen“ abdrehen
- Soweit möglich, Regenwasser für Waschmaschine und Toilette verwenden
- Elektrogeräte nur Ersetzen, wenn nötig

Mülltrennung

- Zur leichteren Trennung bei der Müllverwertung Plastikmüll nicht ineinander stecken (z.B. Joghurtbecher)
- Harte Plastikpaketbänder nicht im gelben Sack entsorgen – verstopfen oft Recyclingmaschinen.
- Generell auf Mülltrennung achten!

Verkehr

- Motor bei KFZ bei Ampeln/Bahnübergängen usw. abschalten, Mitbürger ebenfalls dazu motivieren
- Klimafreundliches Reisen, weniger Fernflüge
- möglichst Radfahren ohne zusätzlichen Strom
- Treppe statt Aufzug nutzen
- Kinder zur Schule laufen lassen
- Soweit möglich, nah am Arbeitsort wohnen oder klimafreundliche Verkehrsmittel nutzen
- wenn Auto dann Richtgeschwindigkeit fahren, auf Spritverbrauch achten

Kleidung

- Kleidung durch Aufnäher, Knöpfe, Nieten o.ä. „aufpimpen“ statt wegwerfen
- Gebrauchsfähige nicht mehr benötigte Kleidung eventuell direkt an Obdachlose weitergeben

Papier

- Geschenke in Altpapier z.B. Zeitungen einpacken, mit Klebestift statt Tesa zukleben.
- Geschenkpapier möglichst wiederverwenden.
- Recyclingpapier/Recyclingtoilettenpapier verwenden
- Papier beidseitig verwenden, z.B. Altbriefe auch für andere Zwecke, als Schmierpapier
- Büchereien oder Online-Bücher nutzen

Gegenstände

- Spielzeug für benachteiligte Kinder aussortieren, z.B. auch für Aktion Weihnachten im Schuhkarton <https://www.die-samariter.org/projekte/weihnachten-im-schuhkarton/>
- Gebrauchtplattformen nutzen um Dinge zu kaufen oder zu verkaufen (z.B. <https://www.shpock.com/de-de>)
- Wegwerf-Artikel aus Plastik meiden z.B. auch bei Plastikspielzeug

Kosmetika

- wiederverwertbare Kosmetika verwenden (Wattestäbchen, Abschminktücher)
- Holzzahnbürsten
- Alternative zur Zahnpastatube Zahnpastatabs
- Alternative zu Duschgel/Schampooflasche Trockenseifen, Shampoo als Biovariante

Speziell für Betriebe

- Plattform für innerbetriebliches Vorschlagswesen zum Umgang mit Ressourcen. Manche Betriebe beteiligen Mitarbeitende sogar mit Prämien, wenn dabei Geld eingespart wird
- Gemeinsame Bestellung von Mittagessen durch Kollegen/innen (z.B. belegte Brötchen beim Bäcker)
- Essen so konzipieren, dass Reste weiterverwertet werden können (z.B. Nudeln für Nudelsalat)
- Foodsharing: Lebensmittel, die noch gut sind, aber nicht verwendet werden können abgeben
- Im Einzelfall prüfen, ob Einweg oder Mehrweg die bessere Lösung ist
- Höherwertige Produkte verwenden, die länger halten (z.B. Verbandmaterial, das seltener gewechselt werden muss)
- Pfandflaschenhalter bei Mülleimern
- Generell: Nicht nur wirtschaftlich denken, sondern immer gleichzeitig auch ökologisch/nachhaltig!