

Nachhaltig leben

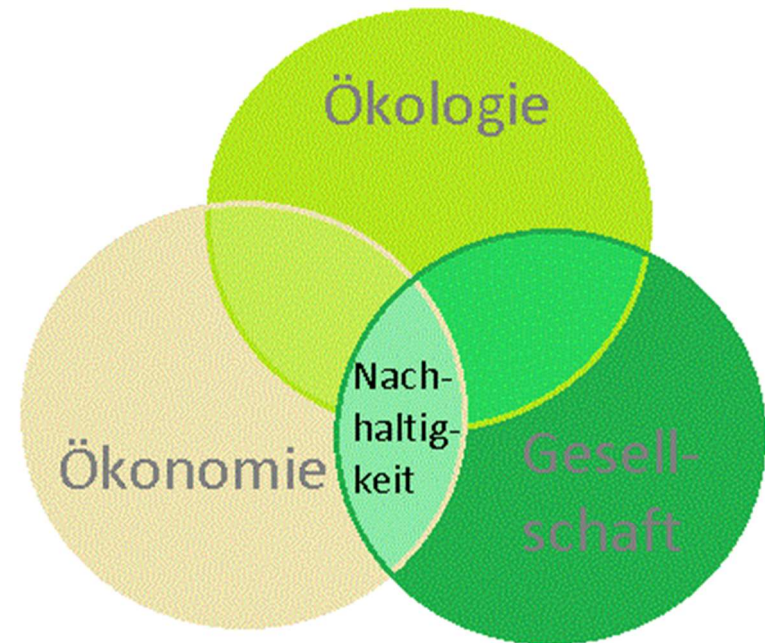
Tipps, die sofort umsetzbar sind

Bei Fragen (auch zu weiteren Zero-Waste-Vorträgen),
Anregungen, Ideen oder für generelle weitere Infos:

daniel-viebach@gmx.de

oder:

<https://www.facebook.com/umweltbewusstruhr>



Hallo,

hier finden Sie hilfreiche Tipps und Links, um auch im Kleinen etwas für Umwelt und Nachhaltigkeit zu tun. Niemand erwartet, dass Sie Ihr Leben völlig umkrempeln, um die Umwelt zu retten. Wählen Sie aus den nachfolgenden Tipps zwei oder drei aus, bei denen Sie das Gefühl haben, dass Sie sie leicht umsetzen können und probieren Sie sich aus. Wichtig: **Für die Inhalte der Linktipps sind die jeweiligen Seitenbetreiber verantwortlich!**

1. **Stofftasche benutzen.** Hilfreich ist, auch am Arbeitsplatz einen Stoffbeutel für Spontaneinkäufe zu deponieren.
2. **Obst und Gemüse in Stoffbeuteln** transportieren, oder diese **wiederverwertbaren Netze** hier benutzen: www.againandagain.com/de/shop. Oder noch besser: Obst und Gemüse einfach **lose** auf das Kassenband legen
3. Muss es ein **Coffee-to-go** sein? Wenn ja, wie wäre es mit einem **Coffee-to-go-AGAIN Mehrwegbecher**, z.B. dem ecoffee Cup: www.konsumgut.net/ecoffee-cups/
4. Zur **Vermeidung von Mikroplastik im Abwasser** gibt es einen neu entwickelten **Waschbeutel** zum Waschen von Kleidung mit synthetischen Fasern: <http://guppyfriend.langbrett.com/>
5. Mit der **App "code check"** aus dem Google Playstore (kostenlos) lässt sich herausfinden, ob Kosmetik, Duschgel, Shampoo etc. Mikroplastik und andere bedenkliche Stoffe enthalten. Über Filtereinstellungen lassen sich unbedenkliche und vegane Produkte herausfiltern, ein integrierter Scanner für die Strichcodes zeigt die Inhaltsstoffe des betreffenden Produkts an.
6. Mit Soda, Natron, Kernseife, Essig und Zitronensäure lässt sich Reinigungs- und Körperpflege selbst herstellen (Buchtipp: Fünf Hausmittel ersetzen eine Drogerie oder www.smarticular.net)

7. Mit <https://4ocean.com/> oder <https://sea-shepherd.de/mitmachen/vermuellung> können Sie non-profit-Organisationen unterstützen, die die Ozeane entmüllen.
8. Weniger Fleisch essen und den Regenwald retten (das auf 120 Millionen Hektar angebaute Soja geht zu 80% in das Futtermehl für die Fleischproduktion).
9. Zu **Ökostrom** wechseln, z.B. zu den Stadtwerken in Hilden, zur Bürgerenergie Solingen oder zu www.naturstrom.de
10. Gemüse und Obst **regional und saisonal kaufen**
11. **Mehrwegflaschen und -becher aus Glas kaufen**, z.B. Milch und Joghurt.
12. Vor Gerätekauf auf www.murks-nein-danke.de prüfen, ob eventuelle geplante Obsoleszenz vorliegt. Kaputte Geräte ins www.repaircafe.org/de bringen.
13. www.saisonal-regional.de oder www.mundraub.org nutzen(frei zugängliches Obst, Gemüse, Kräuter)
14. Muss ich das wirklich haben? **Nachdenken über Konsumgewohnheiten.**
15. Gebrauchte Gegenstände ins Sozialkaufhaus bringen und Second-Hand einkaufen
16. Mit der Suchmaschine www.ecosia.org kann man bei jeder Suche Bäume pflanzen.
17. Die Doku „**The Story of Stuff**“ zeigt nochmal, dass unser Müllsystem kein Kreislaufsystem ist (auf www.Youtube.com nach „Story of stuff – doku – deutsch“ suchen)

Und zum Schluss noch ein Tipp für diejenigen, die sich für die Armutsbekämpfung auf eine andere Art engagieren möchten. Über <https://www.kiva.org/> können **Mikrokredite** für Menschen in Entwicklungsländern **vergeben** werden, die etwas Kapital brauchen, um sich eine Existenz aufzubauen oder diese zu sichern.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung für eine bessere Welt!