



Weniger Müll in Ihrem Haushalt

Abfälle vermeiden in kleinen Schritten

Es geht nicht um Perfektion! Jedes Stück Plastik, das erst gar nicht in Ihrer Wohnung und später in der Mülltonne landet, ist ein Gewinn für die Umwelt. Jeden Tag ein bisschen weniger Müll zu produzieren, kann am Ende der Woche, des Monats oder des Jahres zu unerwartet großen Einsparungen führen. Starten Sie mit einem einzigen unserer Tipps, der für Sie am leichtesten im Alltag umsetzbar ist! Sobald das dann gut klappt, machen Sie mit dem nächsten weiter.

1. Essen Sie möglichst alles

Jeder von uns wirft etwa 78 Kilogramm Lebensmittel im Jahr weg.¹ Um Lebensmittelverschwendung zu vermeiden, sollten Sie deshalb immer nur das kaufen, was sie wirklich benötigen, und darauf achten, dass Sie alles nutzen. Bei vielen Gemüsesorten können Sie z. B. das Blattgrün mitessen. Auch übriggebliebenes lässt sich meist wunderbar verwerten: Gemüsereste etwa können Sie gut auf der Pizza, als Auflauf oder Suppe verarbeiten. Auch das Äußere spielt eine Rolle: Nicht jeder hat einen Unverpackt-Laden in der Nähe, aber bei hohem Verbrauch lohnt es sich, haltbare Lebensmittel wie z. B. Reis, Linsen oder Mehl in Großpackungen zu kaufen. Und nicht alles, was „abgelaufen“ ist, gehört gleich in die Tonne: Vieles hält sich weit über das Mindesthaltbarkeitsdatum hinaus.

2. Benutzen Sie Mehrwegbehälter

Keine neue Idee, aber immer noch wichtig: Nehmen Sie Ihre eigenen Stofftaschen, Körbe, Rucksäcke mit zum Einkaufen. Plastiktüten sind eine ökologische Katastrophe, Papiertüten nicht viel besser – und beide sind so leicht vermeidbar. Gläser oder passende Mehrwegbehälter können Sie ebenfalls zum Einkaufen mitnehmen und müssen keine unnötigen Plastikverpackungen kaufen. Auch gibt es mittlerweile an vielen Stellen im Einzelhandel und auch in Supermärkten Pfandsysteme und Mehrwegbehälter, die Sie nutzen können.

3. Fest statt flüssig

Die Bandbreite der Seifen als Ersatz für Flüssigprodukte in Plastikbehältern ist heute enorm. Vom Shampoo über Duschgel bis zum Conditioner: Sie erhalten heute fast alles in fester Form in jedem normalen Drogeriemarkt.

Auch bei den Wasch- und Putzmitteln gibt es inzwischen viele feste Alternativen oder auch Tabs zum Wiederauffüllen. Damit entfallen die Plastikbehälter und Sie sparen ganz automatisch Müll. Grundsätzlich gilt aber für alle Seifen sowie Wasch- und Putzmittel, dass Sie diese sparsam verwenden sollten.

4. „Keine Werbung“ am Briefkasten

Wie oft holen Sie Flyer, Prospekte und kostenlose Zeitungen aus dem Briefkasten, nur um sie dann ohne Umweg in die Altpapiertonne zu befördern? Um diese andauernde Ressourcenverschwendung zu verhindern, sollten Sie einen „Keine Werbung“-Aufkleber auf den Briefkasten kleben.

Bestimmte Werbeangebote, an denen Sie ein konkretes Interesse haben, können Sie gezielt per E-Mail-Newsletter bestellen.

5. Trinken Sie Leitungswasser!

Leitungswasser können Sie überall in Deutschland bedenkenlos trinken. Wasser in Flaschen abgefüllt zu kaufen, ist daher unnötig. Mit einer persönlichen Trinkflasche, die Sie immer wieder befüllen, sparen Sie nicht nur Müll, sondern auch Zeit und Geld. Auch für Ihre Gesundheit sind BPA-freie Trinkflaschen besser. Für die Sprudel-Fans unter Ihnen ist ein Trinkwassersprudler die perfekte Alternative zum Flaschen-Wasser.

