

## **Abfall-Vermeidungstipps für den Alltag**

### **Im Supermarkt**

- Überlegen Sie vor dem Einkauf, welche Lebensmittel noch vorhanden und nicht mehr lange haltbar sind, und schreiben Sie eine Einkaufsliste.
- Nehmen Sie einen Korb oder Tragetaschen mit, damit Sie nicht auf Plastiktüten angewiesen sind.
- Vermeiden Sie Plastikverpackungen von Obst und Gemüse. Wenn Sie auf dem Wochenmarkt einkaufen, können Sie leichter ohne auskommen.
- Vermeiden Sie Plastikflaschen – umweltfreundlichere Alternativen sind Glasflaschen. Im Übrigen: Leitungswasser in Deutschland genügt höchsten Qualitätsansprüchen und schmeckt gut. Das Wasser aus dem Supermarkt benötigen wir daher gar nicht.
- Kaufen Sie keine Großpackungen, wenn ein Teil der Lebensmittel später im Müll landet.
- Verzichten Sie auf unnötig verpackte Produkte wie etwa die Blumen in der Folie oder die Sektflasche im Karton.

### **In der Küche**

Angaben des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV) zufolge werden in Deutschland pro Kopf jährlich Nahrungsmittel im Wert von rund 235 Euro weggeworfen. Einkaufen mit Köpfchen ist daher nicht nur ökologisch sinnvoll, sondern schont auch den Geldbeutel:

- Achten Sie auf das Mindesthaltbarkeitsdatum. Häufig sind die Produkte auch noch nach dessen Ablauf ohne Gefahr genießbar und schmecken noch gut. Hingegen tragen einige Produkte ein Verbrauchsdatum (z. B. Hackfleisch und Räucherlachs). Sie sollten nach dessen Ablauf auch nicht mehr verzehrt werden.
- Lagern Sie die Vorräte richtig und kontrollieren Sie die Vorräte regelmäßig.
- Verwenden Sie Reste weiter, dazu gibt es sogar spezielle Kochbücher.

### **In Büro, Schule und Universität**

- Für die Pausen sollte man Speisen und Getränke in wiederverwendbaren Behältern transportieren, also in Thermoskannen, Brotbüchsen oder Ähnlichem.
- Im Büro gilt: Denken Sie nach, ob Sie E-Mail wirklich ausdrucken müssen.
- Bedrucken Sie Papier beidseitig.

### **Bei Anschaffung von Kleidung**

Weniger einzukaufen, vermeidet auch Abfälle in der Produktion. Insbesondere Kleidungsstücke, die von Discountern verkauft werden, werden oft unter Bedingungen produziert, die Umwelt, Angestellte und Anwohner in den Ländern, in denen sie hergestellt werden, stark belasten:

- Überlegen Sie genau, was Sie benötigen. Oft ist die Anschaffung eines guten, ein wenig teureren Kleidungsstückes besser als die von mehreren in minderer Qualität.
- In Second-Hand-Läden findet sich oft schicke, bezahlbare Kleidung für die ganze Familie.
- Bevor Sie tragbare Kleidungsstücke in den Müll werfen, überlegen Sie, ob Sie sie weiterverschenken, an Second-Hand-Läden und Kleidersammlungen weitergeben oder im Internet verkaufen können.

### **Bei der Anschaffung von Möbeln und Elektronikgeräten**

Bei größeren Anschaffungen sollte auf Langlebigkeit der Produkte geachtet werden. Manchmal lohnt es sich, ein wenig mehr Geld zu investieren. Viele Dinge kann man gebraucht kaufen, sich leihen oder mit anderen teilen.

- Die Stadtreinigung betreibt im Internet einen Verschenkemarkt. Schauen Sie dort doch mal vorbei!
- Ersetzen Sie Batterien durch Akkus: Dadurch produzieren Sie weniger Schadstoffe und sparen Geld.

**Sonstiges**

- Bringen Sie einen Hinweis auf Ihrem Briefkasten an, dass Sie keine Werbebroschüren bekommen wollen, ohne dass sie diese bestellt haben.

*Quelle VKU*