

Recycle (oder noch besser Upcycle)

Wer das schnelle Wegwerfen hinterfragt, wird feststellen: Aus vermeintlichem Abfall kann man häufig noch etwas Praktisches, Schönes oder Kulinarisches zaubern.

1. Alte Kleidung wird zu **Taschentüchern, Kosmetikpads und Co.**

Ein fleckiges oder löchriges T-Shirt möchte man zwar nicht mehr tragen, der Stoff ist aber meistens viel zu schade, um ihn gleich ganz zu entsorgen. Aus alten T-Shirts kannst du stattdessen wiederverwendbare Kosmetikpads, einen Stoffbeutel oder praktisches T-Shirt-Garn herstellen. Auch abgenutzte Handtücher lassen sich vielfältig upcyceln. Alte T-Shirts, Pullover oder Handtücher wegwerfen? Muss nicht sein, denn du kannst mit wenigen Handgriffen und etwas Fantasie tolle neue Dinge zaubern!

2. **Instrumente aus Abfall basteln**

Aus leeren Verpackungen und anderen typischen Haushaltsabfällen können noch allerlei Musikinstrumente gebaut werden: eine Bastelaktion, die nicht nur Spaß macht, sondern schon den Kleinen spielerisch vermittelt, dass vermeintlich wertloser Müll oft eine Ressource ist, aus der neue Dinge entstehen können. Aus vermeintlichen Abfällen und Haushaltsgegenständen lässt sich noch mehr als Musikinstrumente basteln!

3. **Abfälle für die gute Sache spenden**

Auch wenn man Weinkorken, kaputte Elektrogeräte oder Wachreste vielleicht nicht selbst weiterverwenden will, lohnt es sich, vor der Entsorgung nach Organisationen zu suchen, die sich genau auf diese Abfälle spezialisiert haben. So können viele Gegenstände und Materialien noch verwertet oder zumindest bestmöglich recycelt werden, statt in einer Müllverbrennungsanlage zu enden. Wohin mit dem Müll? Neben den Müllkippen gibt es noch viele Sammelstellen und recycling-Einrichtungen. Eine Suche im Internet lohnt sich.

Rot – in Kreisläufen denken und handeln

Alles Leben auf der Erde basiert seit Jahrmillionen auf miteinander verbundenen Kreisläufen, und Abfälle werden eigentlich nur dann zum Problem, wenn sie dieses natürliche System stören. Z.B., indem vom Menschen produzierte Kunststoffe mehrere Hundert Jahre brauchen, um abgebaut und wieder in den ökologischen Kreislauf integriert zu werden. Darum ist es sinnvoll, Produkte aus biologisch abbaubaren Materialien zu bevorzugen und Abfälle selbst zu kompostieren, wo es möglich ist.

1. **Küchenabfälle im Bokashi-Eimer in Dünger verwandeln**

Küchenabfälle landen noch viel zu oft in der Restmülltonne. Dabei enthalten sie sehr viele wertvolle Stoffe, die man zum Düngen deiner Pflanzen verwenden kann. Mit einem Bokashi-Eimer lassen sich Kartoffelschalen und Apfelgehäuse sogar direkt in der Küche in Flüssigdünger und Komposterde verwandeln.

2. **Mit der Wurmkomposte aus Abfällen frische Erde herstellen**

Man baue eine eigene Wurmkomposte und lasse die organischen Abfälle von vielen kleinen Helfern in fruchtbare Erde verwandeln. Mit dieser Komposte kann man Grünabfälle in hochwertige Pflanzenerde verwandeln, selbst wenn man keinen Platz für einen Komposthaufen hat

Quelle: <https://www.smarticular.net/muell-vermeiden-reduzieren-im-alltag/>

Copyright © smarticular.net



Heiderhof Center Heiderhof MO,DI, DO, FR 16.00-18:00 h
c/o joachim001schick@gmail.com



Die fünf Prinzipien der Müllvermeidung:

Tipps, um den eigenen Abfall erheblich zu reduzieren und dabei auch noch gesünder und preiswerter zu leben.

Aus den Augen aus dem Sinn:

Ist der tägliche Müll in der Tonne versenkt, verschwinden wir meist keinen Gedanken mehr daran. Doch so kann es nicht weitergehen. Der radikale Ansatz eines müllfreien Lebens, genannt Zero Waste, ist jedoch nur schwer umsetzbar und auch gar nicht unbedingt notwendig. Denn auch viele kleine Schritte, die sich leicht in den Alltag integrieren lassen, tragen dazu bei, dass die Müllberge immer weiter schwinden.

Refuse – Reduce – Reuse – Recycle – Rot

Diese 5 Grundprinzipien (Ablehnen, Reduzieren, Wiederverwenden, Recyceln, Kompostieren) dienen als Inspiration, um viele kleine Entscheidungen im Alltag bewusster zu treffen und ganz automatisch weniger vermeidbaren Abfall zu verursachen.

Refuse – einfach drauf verzichten

Einfach mal Nein sagen

zum vermeintlichen Schnäppchen beim Schlussverkauf, zum schnellen Kaffee im Einwegbecher oder zu den Prospekten und Gratiszeitungen, die jede Woche erst im Briefkasten und dann im Abfall landen. Der effektivste Weg zur Müllvermeidung besteht darin, unnötige Dinge gar nicht erst zu kaufen bzw. zu nutzen. Vielleicht regelt die sinkende Nachfrage die Herstellung. Noch eine sekundenschnelle Tat. Mit einem kleinen Aufkleber rettest du nicht nur viele Bäume, du sparst auch Arbeit, Zeit und Geld.

1. Wochenplan statt Impulskauf

Das funktioniert beim Lebensmitteleinkauf besonders einfach, wenn man vor der Fahrt zum Supermarkt einen Wochenplan erstellt, statt sich von der Fülle der Produkte und Sonderangebote verführen zu lassen.

2. Dem Konsum widerstehen

Mit etwas Übung und Bewusstwerdung wird es sukzessive leichter, nur noch das zu kaufen, was man wirklich braucht. Das spart nicht nur Müll, sondern auch Geld, das man anders verwenden kann. Nicht alles, was in Massen vorhanden ist, tut uns auch gut. Man kann im Alltag minimalistischer leben und ganz leicht aus weniger mehr machen.

3. Weniger Verpackung tut's auch

Wenn man sich beim Einkaufen für Großpackungen anstelle von kleinteilig oder besonders üppig verpackten Produkten entscheidet, kann man viel Abfall und wahrscheinlich sogar den einen oder anderen Euro sparen. Einen Unverpackt-Laden gibt es mittlerweile in fast jeder größeren Stadt. Dort ist das verpackungsfreie Einkaufen besonders einfach, aber auch ohne Unverpackt-Laden lässt sich der Verpackungsmüll erheblich reduzieren. Wer sich über zu viel Abfall im Alltag ärgert, denke an die Tipps unter den Stichworten reduce, repair und vor allem recycle – der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

4. Nicht ohne meinen Stoffbeutel

Erfreulicherweise verzichten immer mehr Menschen beim Einkaufen auf Plastiktüten. Das wird schnell selbstverständlich, wenn man sich angewöhnt, stets einen Stoffbeutel oder ein Einkaufsnetz in der Tasche zu haben. Selbst die besonders kurzlebigen Obst- und Gemüsebeutel lassen sich leicht durch dünne Mehrweg-Netze ersetzen.

5. Online-Shopping nur, wenn es Sinn macht

Der Online-Handel boomt, ist praktisch und bequem, aber es fallen auch viele zusätzliche Verpackungsmaterialien an. Deshalb empfiehlt es sich meistens, erst einmal zu schauen, ob das Produkt genauso gut im Laden um die Ecke erhältlich ist. Für den Kauf größerer Mengen in umweltfreundlicher Verpackung können allerdings auf nachhaltigen Versand spezialisierte Online-Shops mitunter die bessere Wahl sein.

Reduce – weniger ist mehr

Den eigenen Lebensstil auf das wirklich Notwendige zu beschränken, fällt zwar am Anfang schwer, spart aber auf Dauer viel Müll und schafft dazu noch Platz und Zeit fürs Wesentliche und kann zu einer wahren Erleichterung führen

1. Aussortieren und weitergeben

Wohin mit den aussortierten Dingen? Eine praktische Möglichkeit, noch brauchbare Gegenstände an andere weiterzugeben, sind sog. Tauschboxen. Aussortierte Bücher können in einer Bücherbox auf ihren nächsten Leser warten. Für alles andere gibt es Online-Plattformen, die sich auf das Tauschen und Verschenken spezialisiert haben. So findet viel einen neuen glücklichen Besitzer, statt in der Mülltonne zu landen. Vielleicht kommt es zum dauerhaften Betrieb einer "Givebox" zum kostenlosen Tauschen, Schenken und Teilen.

2. Eine Handvoll Hausmittel statt einer ganzen Drogerie

Statt vieler Spezialreiniger für Bad, Küche, Fenster und Co. kann man mit einer Handvoll Hausmittel die komplette Wohnung ebenso gut sauber halten. Das schont die Umwelt und spart viele Einzelverpackungen. Fünf Hausmittel ersetzen eine Drogerie: Einfach mal selber machen! Mehr als 300 Anwendungen und 33 Rezepte, die Geld sparen und die Umwelt schonen, liefert ein gleichnamiges Buch.

3. Leihen statt kaufen

Dinge wie Farbrollen, Pinsel, Bohrmaschine braucht man nur selten, den Rest der Zeit liegen sie nur rum. Effizienter ist es, diese Gegenstände mit anderen zu teilen. Versch. Initiativen der Sharing Economy bringen Menschen zusammen und erleichtern die gemeinsame Nutzung von Alltagsgegenständen, Lebensmitteln und wertvollen Ressourcen.

4. Geräte effizient nutzen und pflegen

In der Küche fällt es besonders leicht, auf unnötige Spezialgeräte zu verzichten und stattdessen bereits vorhandene Dinge vielfältiger zu nutzen. Das spart Ressourcen und reduziert am Ende auch den Abfall. Wenn man oft genutzte Geräte regelmäßig reinigt und pflegt, erhält man nicht nur bessere Ergebnisse, sondern kann in der Regel auch ihre Haltbarkeit deutlich erhöhen. Das preiswerteste Mittel zur Pflege von Gerät und Geldbeutel.

5. Selber machen statt kaufen

Fertigprodukte kommen oft besonders üppig verpackt daher. Deshalb ist die Rückbesinnung aufs Selbstgemachte in der Regel nicht nur gesünder, sondern spart auch noch viel Müll ein. Egal ob in der Küche oder im Badezimmer: Vom Puddingpulver, über den Tortenguss, die Salatkräutermischung bis hin zur Gesichtsmaske oder der natürlichen Haarpflege kann man fast alles leicht und preiswert selbst herstellen.

Re-use – gebraucht kaufen, reparieren, wiederverwenden

Wenn man eine neue Jacke braucht oder sich die Kinder ein Brettspiel wünschen, lohnt sich ein Flohmarktbesuch oder die Suche auf einer Second-Hand-Plattformen im Internet. Gegenstände so lange wie möglich zu verwenden, zu reparieren und weiterzugeben, statt sie wegzuworfen, ist eine einfache aber sehr effiziente Maßnahme, Müll zu reduzieren.

1. Mehrwegprodukten den Vorzug geben

Mehrweg statt Einweg lautet das Motto leidenschaftlicher Müllsparer. Schließlich gibt es für fast jedes Produkt eine nachhaltige, wiederverwendbare Alternative. Wiederverwendbare Quetschiebeutel als nachhaltige Alternative zu Quetschprodukten! Man kann sie selbst befüllen, reinigen und viele Male wiederverwenden.

2. Lieber einmal hochwertig als immer wieder billig

Sonderangebote und Billigprodukte sind immer wieder eine Verlockung, halten aber oft nicht, was sie versprechen und gehen meist schnell kaputt. Statt Gegenstände immer wieder neu zu kaufen, dabei viel Müll zu produzieren und am Ende viel zu viel Geld auszugeben, lohnt es sich deshalb hochwertige Produkte aus besonders robusten und langlebigen Materialien zu bevorzugen. Eine Pfanne aus Gußeisen z.B. kostet zwar etwas mehr, hält dafür mit etwas Pflege im Gegensatz zu einem Teflon-Modell ein Leben lang.

3. Reparieren statt ersetzen

Immer wieder geraten Hersteller unter Verdacht, ihre Produkte ganz bewusst so zu bauen, dass sie schneller verschleifen und ersetzt werden müssen. Ob Absicht oder nicht – häufig können auch diese Geräte noch repariert und weiter genutzt werden. Damit eine Reparatur nicht so viel Geld verschlingt, wie ein Neugerät kosten würde, lohnt es sich, ein Repair-Café aufzusuchen und sich von den ehrenamtlichen Helfern unterstützen zu lassen. Auch Kinderkleidung muss wegen eines kleinen Lochs nicht gleich in der Tonne landen.

4. Haushaltsabfälle wiederverwenden statt wegwerfen

Ob Eierkartons, Klorollen oder Gemüseschalen: viele typische Haushaltsabfälle lassen sich nicht komplett vermeiden. Statt sie wegzuworfen, kann man sie aber noch auf vielfältige Weise weiternutzen. Nicht alles, was in der Tonne landet ist Müll! Von alter Kleidung bis Zeitungspapier kannst du vieles wiederverwerten, Geld sparen und die Umwelt schonen!