**7 einfache Ideen für mehr Nachhaltigkeit im Alltag**

Corona hat das Thema zu einem großen Teil aus den Medien verdrängt, es ist aber nach wie vor von höchster Brisanz: Der Klimawandel. Wir wissen, was mit unserem Planeten geschieht. Die Frage ist, wie können wir dazu beitragen, unsere Welt und unser Zuhause zu schützen? Ob beim Einkaufen, im Haushalt oder auf Gartenpartys – jeder Einzelne kann mit wenigen Schritten seinen ökologischen Fußabdruck reduzieren. 7 Ideen für mehr Nachhaltigkeit im Alltag:

1. **Flüssige Produkte durch feste Produkte ersetzen**

Putzen, Waschen, Körperhygiene – die Auswahl an Produkten ist immens, aber leider auch der Verpackungsmüll. Feste Produkte kommen ohne Plastikverpackung aus und sind deshalb umweltschonender. Also warum nicht einfach mal zum Beispiel zu den Putzmittel-Tabs von [everdrop](https://www.everdrop.de/) oder zum festen Shampoo einer der zahlreichen Hersteller greifen?

1. **Mit gutem Gewissen grillen**

Der Sommer ist da, das Wetter endlich schöner – und wir freuen uns auf gemütliche Grillabende. Was viele nicht wissen: Hunderttausende Tonnen Tropenholz werden jährlich illegal zu Grillkohle verarbeitet. Urwälder und tierische Lebensräume werden zerstört. Das Problem lässt sich leicht umgehen: mit zertifizierte Bio-Grillkohle, wie von [Nero](https://www.nero-grillen.de/). Dank [Öko-Test](https://utopia.de/oeko-test-grillkohle-haelfte-ist-empfehlenswert-188044/) oder auch der [WWF EU-Marktanalyse](https://www.wwf.de/fileadmin/fm-wwf/Publikationen-PDF/WWF-EU-Marktanalyse-Grillkohle-2020.pdf) kann man sich bei unabhängigen Quellen über die Herkunft und hohe Qualität der Kohle informieren. Auch bei den Zutaten am besten zu Bio-Ware und regionalen Lebensmitteln greifen und somit lange Transportwege vermeiden.

1. **„Nein“ zu Mikroplastik sagen**

Mikroplastik sind winzige Plastikpartikel, die nicht nur die Umwelt, sondern auch den menschlichen Körper belasten. Sie kommen im Alltag vor allem in Pflegeprodukten und Kosmetika vor. Es gibt verschiedene Möglichkeiten Mikroplastik bei diesen Produkten zu meiden, wie mit Naturkosmetika. Bei gekaufter Naturkosmetika ist es wichtig auf die Zertifizierung und die Inhaltsstoffe zu achten. Dafür ist die App [Code-Check](https://www.codecheck.info/) sehr hilfreich. Nach dem Scannen des Barcodes zeigt die App ganz einfach, welche Inhaltstoffe in dem Produkt enthalten sind und ob sie schädlich sind. Alternativ stellt man sich seine Kosmetikprodukte [mit einfachen Hausmitteln und Nahrungsmitteln selbst her](https://www.smarticular.net/bio-natur-kosmetik-zu-hause-herstellen-einfuehrung-und-grundlagen/).

1. **Auf Plastiktüten verzichten**

Plastik hat gravierende Folgen für die Umwelt – dies ist mittlerweile hinlänglich bekannt. Zu Recht verschwinden Plastiktüten zunehmend aus dem Supermarkt. Mehrweg-Frischenetze für Obst und Gemüse, Mehrwegtaschen und Stofftaschen sind der beste Weg. Die ideale plastikfreie Alternative sind Unverpacktläden oder Abfüllstationen in Einkaufsmärkten: Nahrungsmittel einfach in mitgebrachte Behälter abfüllen und so Müll sparen.

1. **Alu- und Frischhaltefolie ersetzen**

Alu- und Frischhaltefolie kommen tagtäglich bei der Aufbewahrung von Nahrungsmitteln zum Einsatz und landen anschließend auf dem Müll. Aus den Augen, aus dem Sinn – jedoch nicht für die Natur. Es gibt mehrere Alternativen; eine sehr beliebte ist das Bienenwachstuch. Das kann man mit wenigen Mitteln [leicht selbst machen](https://blog.hans-natur.de/allgemein/statt-plastikfolie-bienenwachstuecher-selbst-herstellen).

1. **Bio-Produkte kaufen**

Bio-Nahrungsmittel sind nachhaltiger, solange sie auch regional und saisonal sind. Dabei ist vor allem wichtig auf Bio-Siegel zu achten – sie kennzeichnen Produkte, die aus besonders ökologischem Landbau stammen. Bio-Siegel wie das von [Naturland](https://www.naturland.de/de/naturland/was-wir-tun/unser-qualit%C3%A4tsansatz.html) geben Sicherheit hinsichtlich der Herkunft und Verarbeitung der Ware. Über die [Datenbank](https://www.naturland.de/de/verbraucher/einkauf-auf-dem-hof.html) findet man schnell den nächstgelegenen Naturland-Hof für den nächsten Einkauf. Zudem finden sich auf der [Website](https://naturland.de/de/verbraucher.html) wertvolle Informationen zu Klima- und Pflanzenschutz, Tierwohl oder auch Einkaufstipps.

1. **Lieber gebraucht als neu**

Weniger ist mehr. Es muss nicht immer das neueste und günstigste Produkt sein. Das gilt vor allem bei Kleidung. Fast Fashion verschlingt unvorstellbare Ressourcen und belastet Natur und nebenbei auch ganze Volkswirtschaften. Es gibt viele Gründe auf Second-Hand-Mode umzusteigen. Die Plattform [Vinted](https://www.vinted.de/) bietet eine gute Anlaufstelle online, aber auch der Second-Hand-Shop um die Ecke ist eine Möglichkeit. Besonders chic: Mit gebrauchter Mode, Möbeln und anderen Alltagsgegenständen, kann man sogar richtig Geld sparen.