

Nachhaltigkeitskriterien der Nachhaltigkeitswoche des tt30

Verkehr „Gemeinsam statt einsam“

- unter 5 km das Fahrrad nutzen - keine Kurzstrecken mit dem Auto fahren
- Innerstädtisch mit ÖPNV
- Evtl. Elektromotorroller anschaffen(aber nur in Kombination mit Ökostrom)
- Auto nur als Notlösung, wenn mehr als 3 Personen mitfahren
- Carsharing mit Nachbarn/Freunden oder Carsharingfirma (Greenwheels, DB Carsharing etc.)
- Wenn Auto sein muss, dann beim Autokauf Umweltliste des VCD nutzen und umfeldfreundlichste Produkte kaufen z.B. 3 Liter-Auto oder mit alternativem Antrieb (Erdgas oder Hybrid)
- Beim Autofahren vorausschauend und mit hohem Gang fahren
- Flugreisen vermeiden!!! Keine Flugreisen unter 800 km - Bahn fahren! Über 800 km Flugreisen nur mit CO2 Ausgleich z.B. bei Atmosfair etc.

Kleider „Qualität statt Quantität“

- Wieviel Kleider brauche ich wirklich?
- Kleider im Secondhandladen kaufen
- Ungetragene Kleider weitergeben im Freundeskreis (Kleidertauschparties) oder Altkleidercontainer
- Möglichst Öko-Naturtextilien (Öko-Baumwolle, Hanf) anstatt von Kunstfasern kaufen, da synthetische Stoffe zumeist nicht abbaubar sind. Baumwollartikel sollen ein Bio-Cotton-Label haben, da herkömmliche Baumwolle sehr viel Energie und Chemikalien benötigt. Bio-Cotton-Label z.B. bei: C& A, Promote, Zara, H&M, Hess-Natur Katalogbestellung
- Im Laden nachfragen, wie und wo die Kleider produziert wurden
- Beim Waschen Energiespar- bzw. Kurzwäscheprogramme verwenden
- Nur volle Waschmaschinen waschen
- Wenig Waschzusätze(Weichspüler, Fleckentferner etc.)
- Zur Fleckentfernung: Gallseife
- Ökologisch abbaubares Waschmittel verwenden
- Weniger qualitativ hochwertige Schuhe (Leder) kaufen die länger halten statt viele

Nahrungsmittel/ Ernährung „Regional und saisonal“ und „Vermeidung statt Entsorgung“

- Was brauche ich wirklich? Nicht zuviel einkaufen. Vorsicht vor Großpackungen!
- Nahrungsmittel entsprechend der Saison und aus der Region einkaufen (regional und saisonal)
- Bio-Produkte einkaufen
- Nach Möglichkeit Produkte aus fairem Handel kaufen (Kaffee, Tee, Schokolade etc.)
- Auch bei Bioprodukten auf die Anreise achten
- Schiffgemüse/-obst statt Fluggemüse/-obst – Schiffobst erkennt man daran, dass es eher unreif geerntet wurde

- Mehrwegsysteme (Pfandflaschen etc.) verwenden
- Regionalen Wochenmarkt/ Biomarkt unterstützen
- Kein in Plastik eingeschweißtes Obst oder Gemüse kaufen
- Auf Abfallvermeidung achten
- Keine Plastiktüten im Laden mitnehmen oder zur Not als Müllbeutel verwenden
- Nur Bio-Eier kaufen
- Fleischarme Ernährung, möglichst nur 1x wöchentlich Fleisch oder Fisch essen
- Wenig Meeresfrüchte essen und wenn zertifizierten Fisch nach „Marine Stewardship Council“ (MSC) (Siehe auch Fischratgeber von Greenpeace)
- Auch im Restaurant auf wenig und hochwertiges Fleisch achten - wir empfehlen Bio-Restaurants
- Nach fleischlosen Alternativen fragen, um ein Umdenken anzustoßen (Lasst euch überraschen, wie lecker fleischlose Varianten sein können!)
- In Cafes nach fair-gehandeltem Kaffee fragen oder gezielt Cafes aufsuchen, die solchen anbieten
- Keine Massenweine kaufen und auf Korkverschluss achten

Wohnen „Angemessen statt vermessen“

- Das eigene Leben nach Möglichkeit so organisieren, dass alles mit dem Fahrrad oder ÖPNV erreichbar ist
- Ökostrom beziehen (greenpeace Energie, Ökorebellen Schönau, Naturstrom, Lichtblick)
- Wasser sparen
- Keine Chemie oder Medikamente ins Abwasser
- Keinen Trockner zum Kleider trocknen benutzen
- Sich vom Vermieter Energiepass zeigen lassen und auf „grüne“ Wohnungen achten
- Energieberater zu Rate ziehen
- Generell gut isolierte Wohnungen beziehen
- Nach Möglichkeit effiziente Heizung mit regenerativen Energien: Holzpellets, Erdwärme, Kraft-Wärme-Kopplung)
- Verglasung zwei- oder dreifach, um Wärmeverlust zu verringern
- Beleuchtung nur in Zimmern anschalten, die genutzt werden
- Beleuchtung mit LED
- Bei Neuanschaffung energieeffizienten Kühlschrank, Waschmaschine, Geschirrspülmaschine (siehe Ecotopten-Liste)
- Stand-By abschaffen durch Stromleisten mit Stecker bzw. bei neuen Geräten darauf achten
- Räume nur nach Bedarf heizen (evtl. Thermostat mit Zeitschaltuhr kaufen)
- Stoßlüften
- Angemessene Wohnungsgröße
- Beim Umbau ökologische Materialien verwenden
- Vorsicht beim Kauf von (Pflaster)Steinen für Haus und Garten, da diese häufig durch Kinderarbeit in Schwellen- und Entwicklungsländer hergestellt werden

Freizeit/ Hobby „Weniger aber besser“ und „Tauschen statt kaufen“

- Auto wenn dann gemeinsam benutzen
- Ausflüge in die Region statt Freizeitjetten (nicht zum Einkaufen nach Barcelona, nur weil's billig ist)
- Bei Getränken in der Bar nach regionalen Produkten fragen (lokales Bier?)
- Winterwandern ist besser als Skifahren, Skifahren in der Nähe besser als in weiter entfernten Regionen
- Naturerlebnisse wie z.B. Fahrradausflug, Baden im See, Naturführungen organisieren
- Keinen Ramsch verschenken sondern lieber seltener etwas qualitativ Hochwertiges. Immaterielles (gemeinsamen Ausflug) oder Symbolisches (qm Regenwald) verschenken - zu Weihnachten Hilfsorganisationen und Umweltverbände unterstützen und z.B. eine Ziege für eine Familie in Afrika verschenken
- Wiederverwendbare Verpackung benutzen (Geschenkpapier ohne Tesa oder Tücher)
- Qualitativ gute Elektrogeräte mit anderen gemeinsam anschaffen oder im Baumarkt leihen
- Tauschen statt kaufen bei Tauschringen, Kleidertausch, Spielzeugtausch, Büchertausch etc.
- Beim Blumenkauf nach Herkunft und Herstellungsbedingungen der Blumen fragen und möglichst saisonale, lokale Blumen, Bio-Blumen oder mit dem Flower Label Programm (FLP) zertifizierte Blumen kaufen
- Natürliche Kosmetik statt synthetischer Produkte kaufen

Arbeit „Kooperation statt Konkurrenz“

- Umweltfreundliches Verhalten auch in der Arbeit anregen, umsetzen, vorleben
- Video- oder Telefonkonferenzen statt Fliegen
- Nachhaltige Büromaterialien: umweltfreundliche, wiederverwendbare, auffüllbare Produkte auswählen
- Qualitativ hochwertige, langlebige Energiesparprodukte (Computer, Drucker, Kopierer) kaufen
- Recyclingpapier kaufen - einseitig bedrucktes Papier als Konzeptpapier wiederverwenden
- Geräte mit Steckerleiste mit Ausschaltknopf vollständig ausschalten
- Müllvermeidung auch auf der Arbeit (keine Einmalbecher für Kaffee etc. verwenden)
- Batterien vermeiden oder zumindest wiederaufladbare Akkus (+ Ladegerät) kaufen
- Öffentlich anreisen oder Fahrgemeinschaften zur Arbeit bilden

Kinder/ Familie „Kleiner, langsamer, näher“ statt „größer, schneller, weiter“

- Kinder die Natur erleben lassen nach dem Motto: „nur was mensch kennt, kann sie/er auch schützen“
- Kinderspielsachen gebraucht auf dem Flohmarkt kaufen
- In Betreuungseinrichtungen Umwelterlebnisse anregen bzw. unterstützen
- Kinder brauchen Tiere- Kinderbauernhof, Streichelzoo etc. besuchen und/oder finanziell unterstützen
- Weniger „Erlebnispark“ (Legoland oder Indoorspielplatz) als vielmehr intensive Zeit beim gemeinsamen Spielen. Weniger ist mehr!
- Ungenutzte Spielsachen aussortieren und weiterverschenken oder verkaufen
- Zeit für Kinder, Freundeskinder, Nachbarskinder, Patenkinder nehmen und über Umwelt und Zukunftsfragen diskutieren

- Zeit mit benachteiligten Kindern verbringen (Vorlesepatte in einer Klasse werden, „Pate“ werden (z.B. Projekt: „Big friends for youngsters“, Hausaufgabenhilfe, Museumsbesuch...))
- Zeit mit älteren Menschen verbringen und über Zukunftsfragen diskutieren
- Eltern Hilfe anbieten oder mal anlächeln ☺ (beim Kinderwagentragen an der U-Bahn Treppe, beim Essen im Restaurant mal das Baby halten etc.)
- Fahrgemeinschaften bilden, um Kinder zu Freizeitaktivitäten zu bringen (Schwimmkurs etc.)
- Nach Möglichkeit staatliche Betreuungseinrichtungen statt privater Kindergärten/ Schulen besuchen bzw. unterstützen und dort Verbesserungen anstoßen
- Kindern Umweltthemen und andere Kulturen nahe bringen durch entsprechende Bücher, CDs, DVDs, Filme; Essen in unterschiedlichen Restaurants (nicht immer nur Pizza und Pasta); Freundschaften mit Kindern aus anderen Kulturkreisen ermutigen und unterstützen; Projekte mit der Stiftung Weltklasse; Schüleraustausch

Urlaub „Länger statt öfter!“

- Nicht aus Freizeitgründen fliegen
- Möglichst lange vor Ort bleiben bei Überseereisen (keine Wochenendtrip nach New York) und Reise mit Business oder nützlichem Projekt verbinden
- Unterkunft bewusst wählen (keine Pauschal-Golfurlaub in Wüstenregionen)
- Umweltstandards der Hotels beachten
- Bei Reisen in andere Länder Kontakt zu Land und Leute aufnehmen (nicht Hotel-Pauschal-Strandurlaub in Entwicklungsländern)

Finanzen „Was macht eigentlich mein Geld?“

- Genau nachfragen, was die eigene Bank mit dem Geld macht (finanziere ich indirekt Waffen durch die Unterstützung von Firmen, die Waffenteile herstellen?)
- Wie steht Eure Bank eigentlich zum Thema Nachhaltigkeit?
- Mikrofinanzkredit-Projekte unterstützen
- Geld bei GLS Gemeinschaftsbank etc. anlegen
- Sinnvoll investieren z.B. Natur-Aktien-Index (NAI) oder Dow Jones Sustainability Index
- Über z.B. www.betterplace.org Projekt finden, das finanzielle Unterstützung braucht