

Was bedeutet Nachhaltigkeit im Alltag?

Im Duden wird der Begriff der Nachhaltigkeit mit den Worten *längere Zeit anhaltende Wirkung* beschrieben. Bezogen auf umweltspezifische, gesellschaftliche und soziale Gesichtspunkte, bedeutet das Wort Nachhaltigkeit, dass diese Aspekte miteinander in Einklang gebracht werden müssen, um auch zukünftigen Generationen ein Leben auf dieser Erde zu ermöglichen. Das möglichst nachhaltige Leben jedes einzelnen von

uns ist das entscheidende Puzzle-Teil zur Lösung der grössten Probleme dieser Zeit:



Luftverschmutzung, Abholzung der Wälder, Welthunger, Klimawandel, Plastikmüll in der Umwelt, Artensterben, Überfischung der Meere, Bodenerosion, Wasserknappheit, usw.

Andy Berner

50 Tipps zur Nachhaltigkeit im Alltag

Einkauf, Ernährung, Haushalt und Energie	Mobilität, Arbeit, Finanzen und eigenes Verhalten
<ol style="list-style-type: none"> 1. Zu Fuss oder mit dem Velo einkaufen 2. Essgewohnheiten umstellen: weniger Fleisch mehr Pflanzen 3. Nachhaltig einkaufen: bio, lokal und fair, Lebensmittel aus der Region statt aus Übersee 4. Einwegverpackungen und Plastikprodukte meiden 5. Weniger Lebensmittel wegwerfen, mit Foodsharing Lebensmittel retten 6. Obst-/Gemüsenetze und Rucksack statt Plastiktüten, Glas statt Plastik, Alu oder PET 7. Auf Mikroplastik und Palmöl verzichten 8. Einkaufen nur nach Bedarf > besser planen 9. Lebensmittel länger haltbar machen 10. Lebensmittel selber (bienenfreundlich) anpflanzen 11. Blumenwiese, Kräuter säen statt Rasen mähen 12. Leitungswasser trinken 13. Sparsam mit Warmwasser umgehen 14. Umweltschonend putzen und waschen 15. Shampoo und Duschgel als Seifestücke verwenden 16. Waschmaschine/Geschirrspüler immer voll machen und bei tieferen Temperaturen waschen 17. Kochen immer mit Deckel drauf 18. Warme Gerichte abkühlen lassen, bevor sie in den Kühlschrank kommen 19. Auf Vorheizen des Backofens verzichten 20. Für kleine Wassermengen Wasserkocher brauchen 21. Waschbare Küchentücher, Servietten verwenden 22. Kleidung (auch Second Hand) bewusst kaufen 23. Zeitlose, kombinierbare Kleidung kaufen 24. Kleider tauschen, verkaufen oder verschenken 25. Vorhandene Kleidung pflegen, abändern, reparieren und wertschätzen 	<ol style="list-style-type: none"> 26. Mehr Velo fahren 27. Öffentliche Verkehrsmittel nutzen 28. Kreuzfahrten sind keine Alternative zu Flugreisen 29. Benzin/Diesel und CO2 sparen: öfters parken statt fahren 30. Fahrgemeinschaften bilden 31. Coffee2Go im mitgebrachten Thermobecher 32. Verträge wechseln > Ökostrom 33. Umweltbewusste Banken und Versicherungen berücksichtigen 34. Digitale statt ausgedruckte Dokumente verwenden 35. Recyclingpapier und Druckertoner verwenden 36. Elektronik ausschalten statt auf Sparflamme 37. Möbel auch mal selber bauen 38. Bücher und Zeitungen digital lesen 39. Minimalismus: weniger und bewusster konsumieren 40. Heizung tiefer schalten im Winter und wärmer anziehen 41. Licht ausschalten wann immer möglich 42. Duschen statt Baden 43. Selber machen statt kaufen 44. Recycling konsequent nutzen 45. Wiederverwenden statt 1x verwenden 46. Reparieren statt wegwerfen 47. Eigenen Konsum hinterfragen 48. Nachhaltigkeit im Alltag in der Familie vorleben 49. Aktionen starten und unterstützen 50. Nicht immer «Ja» zu allem sagen... <p>und... immer wieder daran denken, wie unsere Welt für nachfolgende Generationen besser geschützt werden kann...</p>

Quellen: www.nachhaltigleben.ch, www.careelite.de, www.wir-leben-nachhaltig.at